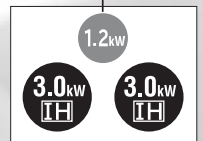
取扱説明書

保証書・設置説明書・カンタンご使用ガイド 別添付

日立 IH クッキングヒーター　家庭用

F6シリーズ　2口IH ＋ ラジエントヒーター　鉄・ステンレス対応

型式		
	HT-F60S	(シルバー)
	HT-F6S	(シルバー(ブラックトップ))
	HT-F6	(ブラック)

ラジエントヒーター

このたびは日立 IH クッキングヒーターをお買い上げいただき、まことにありがとうございました。
この取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。
お読みになったあとは、保証書、設置説明書、カンタンご使用ガイドとともに大切に保存してください。

「安全上のご注意」➔ P.6~9をお読みいただき、正しくお使いください。

はじめに

「安全上のご注意」➔P.6~9 をお読みいただき、正しくお使いください。

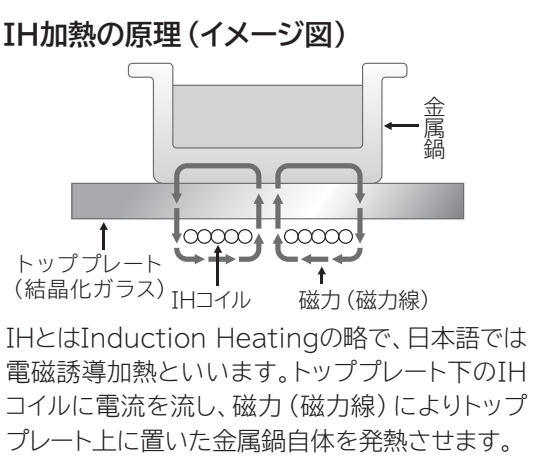
大火力　左・右IHヒーター

●鉄やステンレス鍋加熱で3.0kWの大火力だから、おいしく調理できます。

鍋の形状や重さによって火力が弱くなることがあります。 ➔P.10

鍋の加熱が早いので、お料理の仕上がり具合を見ながら火力・時間を調節してください。 ➔P.15

IH加熱の原理（イメージ図）

IHとはInduction Heatingの略で、日本語では電磁誘導加熱といいます。トッププレート下のIHコイルに電流を流し、磁力（磁力線）によりトッププレート上に置いた金属鍋自体を発熱させます。

両面焼きグリル（水あり）

●裏返す手間なく、片面ずつ強火でおいしく焼き上げる「七輪交互焼き」
※少量の煙・においが排出されます。

材料の温度、大きさ、置く位置によって、焦げ目がつきにくい場合があります。焼き色が薄いときは追加焼きをしてください。 ➔P.26

通電してしばらくの間、前回の調理でヒーターに付いた脂が加熱され、煙やにおいが出ることがあります。

上面操作

●操作パネルを、すべて上面に配置。
調理の具合を確認しながら、ラクな姿勢で火加減調節。

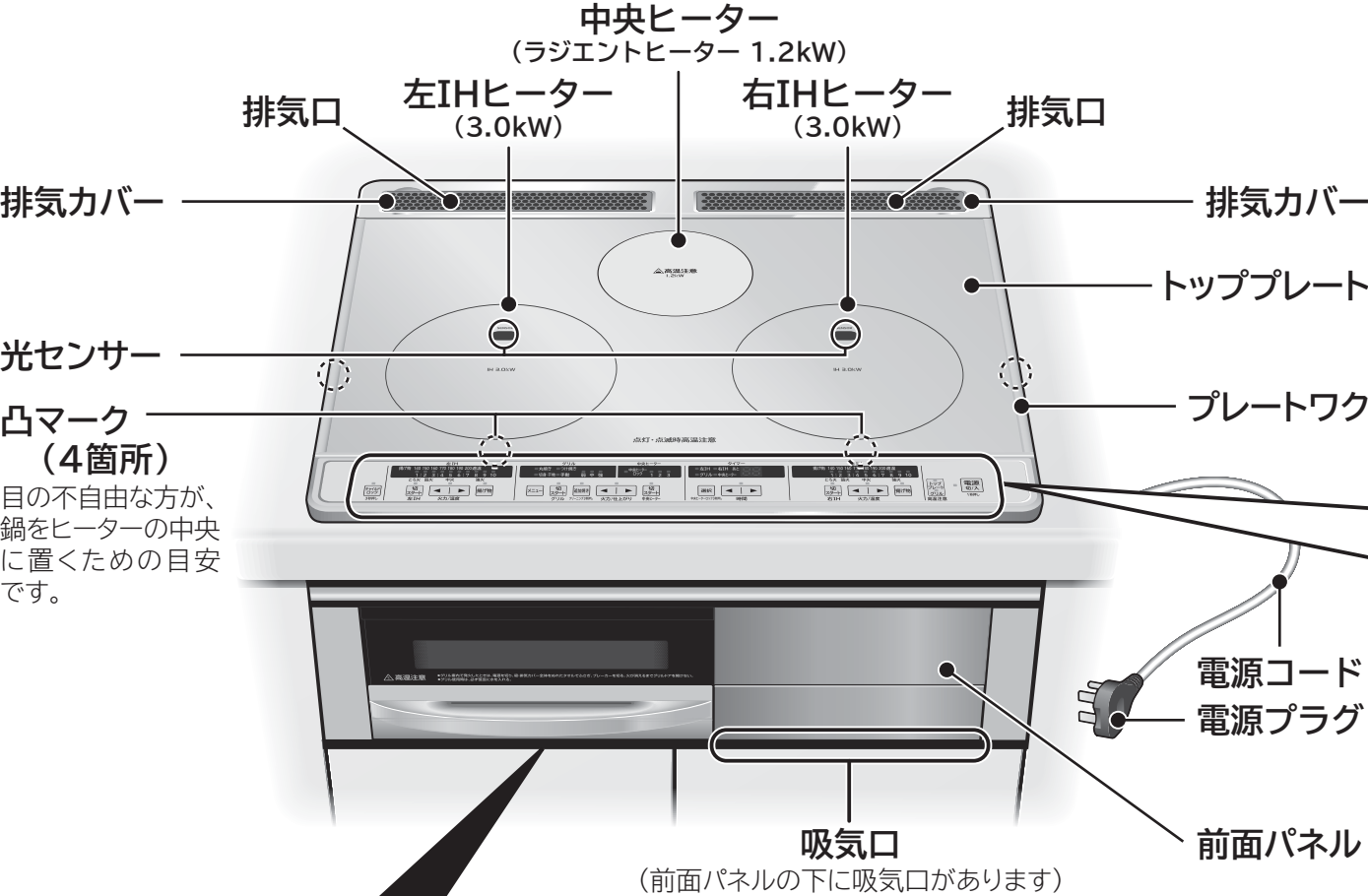
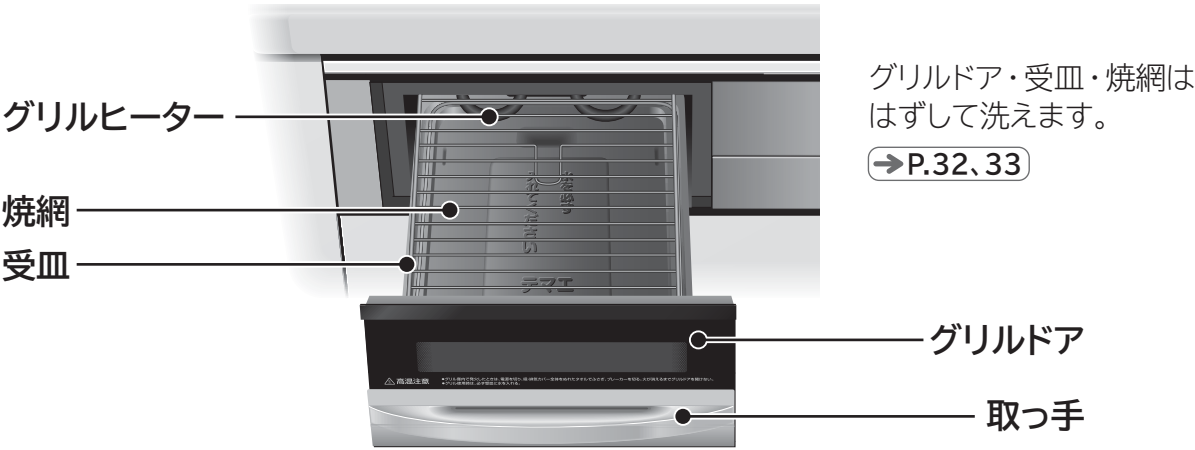
もくじ

各部のなまえ・操作パネル・別売品

※イラストは、HT−F60Sで説明しています。 ➔P.00 は主な説明のあるページです。

グリル

グリルドア・受皿・焼網ははずして洗えます。

➔P.32、33

別売品

推奨天ぷら鍋（HT-N50）　（2012年4月現在）

部品番号　：　HT-C20TWS 010

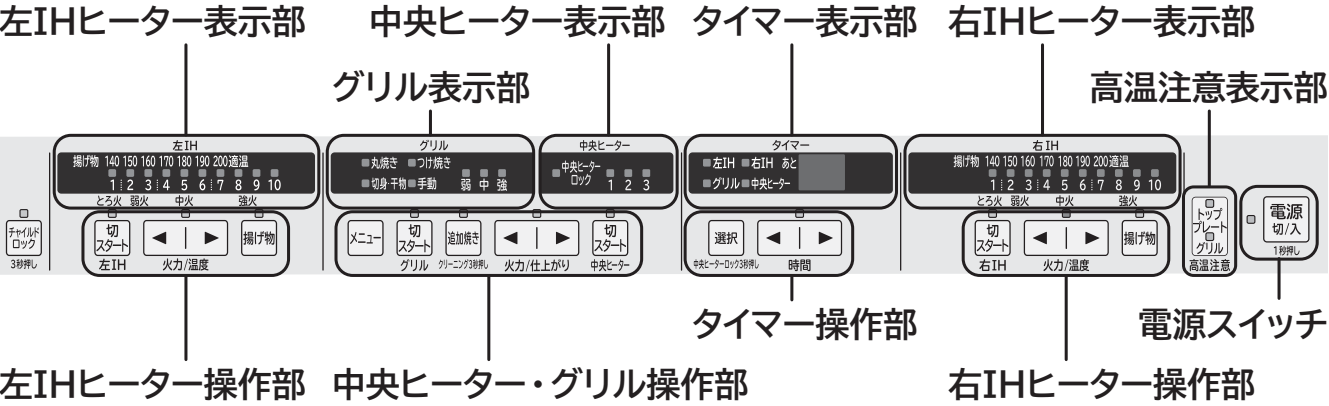
希望小売価格　：　2,730円（税抜2,600円）

部品の交換・追加購入　2012年4月現在

部品名	部品番号	希望小売価格
焼網（消耗部品）	HTW−4PF 003	1,575円（税抜1,500円）
グリルドア（シルバー）	HT−F6S 004	4,200円（税抜4,000円）
グリルドア（ブラック）	HT−F6 017	4,200円（税抜4,000円）

日立の家電品取扱店にご相談ください。希望小売価格は価格改定に伴い変更する場合があります。

上面操作パネル

●中央ヒーターとグリルは同時に使用できません。

電源スイッチ

電源の入・切を行います。

●電源を入れたまま約10分間放置すると、自動的に電源が切れます。

ヒーターで調理をする

➔P.13~19

火力、温度、調理メニュー、通電スタート・切を行います。

●火力など設定後、約10秒以内に通電をスタートしないと、設定は取り消されます。

設定内容や運転状態を表示部に表示します。

グリルで調理をする

➔P.20~26

調理メニュー、仕上がり、火力、追加焼きの設定、通電スタート・切を行います。

●調理メニュー、仕上がりなど設定後、約3分以内に通電をスタートしないと、設定は取り消されます。

設定内容や運転状態を表示部に表示します。

グリル庫内をクリーニングする

➔P.33

グリルの庫内をクリーニングします。

●クリーニングのときは、焼網をはずしてください。

タイマー（残時間）の設定をする

➔P.27

左・右・中央ヒーター、グリルのタイマー設定をします。

●タイマーは複数のヒーターとグリルに設定することができます。

※「揚げ物」中のIHヒーターや調理メニュー「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」中のグリルには、タイマーを設定することができません。

操作をロックする

➔P.28

全ての操作、または中央ヒーターのみロックします。

●ロックの設定・解除はキーを約3秒間押します。

●設定内容は電源を切っても記憶しています。

安全上のご注意 ※この機器は一般家庭用です。業務用にはお使いにならないでください。

お使いになる人や、ほかの人への危害、財産への損害を未然に防止するため、お守りいただくことを、次のように説明しています。また、本文中の注意事項についてもよくお読みのうえ、正しくお使いください。

■ここに示した注意事項は

表示内容を無視して誤った使いかたをしたときに生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。

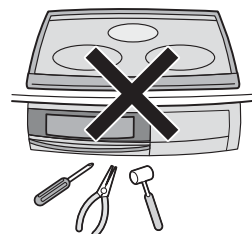
	この表示の欄は、「死亡または重傷を負う危険が差し迫る」内容です。
	この表示の欄は、「死亡または重傷を負うことが想定される」内容です。
	この表示の欄は、「傷害を負うことが想定されるか、または物的損害の発生が想定される」内容です。

表示の例	
	「警告や注意を促す」内容です。
	してはいけない「禁止」内容です。
	実行しなければならない「指示」内容です。

⚠危険

●火災・感電・けがの原因になります。

本体は

改造はしない
修理技術者以外の人は分解したり、修理を行わない
修理はお買い上げの販売店または「ご相談窓口」➔P.51にご相談ください。

⚠警告

●火災・感電・けがの原因になります。

異常・故障時は

●異常・故障時には、直ちに使用を中止し、すぐに専用ブレーカーを切り、お買い上げの販売店へ点検・修理を依頼する
- 電源スイッチを入れてもヒーターが作動しないときがある。
- 焦げ臭いにおいがしたり、運転中に異常な音がする。
- ビリビリと電気を感じる。
- その他の異常や故障がある。

据付のときは

●電源プラグはコンセントの奥までしっかり差し込む
●電源プラグの刃や刃の取付部分にほこりが付着している場合はよくふく

●アースを確実に取り付ける
アースの取り付けは、電気工事店または販売店にご相談ください。

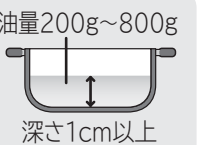
●電源コードを傷つけたり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、はさみ込んだりしない
●電源コードや電源プラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない
●ぬれた手で電源プラグの抜き差しをしない

⚠警告

●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

揚げ物調理は

●揚げ物調理の際、油は炎がなくても発火のおそれがあります

●揚げ物調理中はそばを離れない
●指定の鍋以外は絶対に使わない ➔P.10
指定の鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく働かないことがあり、火災の原因になります。
●フライパンは使わない
●油は200g(220mL)未満、また、深さ1cm未満では調理しない
油は200g(220mL)~800g(880mL)の範囲で、鍋の深さや調理物に応じて調理してください。油量が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また油量が多過ぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。
●鍋底が変形したものは使わない
●鍋底やトッププレートに汚れがこびりついたまま使わない

●油煙が多く出たら電源を切る
●鍋はIHヒーターの中央に置く
●必ず「揚げ物」キーを使用する ➔P.16、17
手動によるお好みの火力では揚げ物調理をしないでください。油の温度を適正にコントロールできないため、油が過熱され発火するおそれがあり、火災の原因になります。

調理の際は

●加熱中や加熱後および再加熱の際は、鍋に顔を近づけたり、のぞき込まない
水などの液体やカレー・みそ汁・吸い物・牛乳などの煮物・汁物が突然沸とう(突沸)して飛び散ったり、鍋が跳び上がることがあり、やけどやトッププレートが割れるおそれがあるため、加熱中や加熱後および再加熱の際は鍋に顔を近づけたり、のぞき込まないようにしてください。

●調理するときは食材の加熱状態を均一にするため火力を弱めにし、よくかき混ぜる

使用中(調理中)・使用後は

●市販の汚れ防止シート(電磁調理器カバー)※を使わない
鍋の温度が正しく検知できず、発火のおそれがあります。
※トッププレートの上にのせて、その上で調理をすることでトッププレートの汚れを防ぐものです。
●使用中や使用後しばらくはトッププレートやグリルドアおよびグリル庫内などの高温部に触れない
●鍋・鍋の取っ手などの高温部に触れない
●いため物・焼き物など、少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後で油を入れて調理するときは、そばを離れたり、加熱し過ぎない
使用する油の量が少ないため油温が急激に上がり、発火するおそれがあります。加熱し過ぎないよう火力をこまめに調節してください。

トッププレートの上は

●トッププレートの上に乗ったり、物を落としたり、衝撃を加えない
万一ひびが入ったり割れた場合は、電源と専用ブレーカーを切って使用を中止し、すぐに修理を依頼してください。
●トッププレートの上に鍋、やかん、フライパンなどの調理器具以外のものは置かない
下記のものは特に注意してください。誤って加熱した場合、火災や破裂してやけど・けがの原因になります。
- カセットコンロ、ボンベ、缶詰など
- アルミ製容器やパック(うどん等が入った簡易容器)、レトルトパック(アルミ箔を使用しているパック)、紙パック(内側にアルミ箔を貼ったもの)、アルミ箔など
- スプーンなどの金属製小物
- その他可燃物や引火物(まな板、ふきん、紙、油など)

●トッププレートの光センサーの汚れや水などは、きれいにふき取る
光センサーが汚れていたり、ぬれていると、鍋の温度が正しく検知できない場合があり、発火のおそれがあります。

安全上のご注意（つづき）

⚠警告

●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

本体は

●吸・排気口やすき間にピンや針金などの異物を入れない
●吸・排気口に指を入れない
●本体や吸・排気口に水などをかけない
●子供など取り扱いに不慣れな方だけで使用させたり、乳幼児に触れさせない
●カーテンなどの可燃物の近くで使用しない

使用後は

●使用後は電源を切る
使わないときは、電源を切ってください。

●長期不在のときは専用ブレーカーを切る

⚠注意

●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

使用する方は

医療用ペースメーカーをお使いの方は、本製品のご使用にあたって医師とよく相談する
本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。

調理以外の用途に使用しない
湯たんぽなどを加熱しないでください。

使用中（調理中）・使用後は

●鍋は不安定な状態で使用しない
●鍋の下に紙やシートを敷かない
●あらかじめ加熱した油で「揚げ物」を使わない
油の温度を適正にコントロールできないため、発火するおそれがあります。
●本体前方に物を置かない
●空だきや必要以上に加熱をしない
・鍋底の薄いもの、反っているフライパンや鍋は「中火」以上で予熱すると赤熱したり変形するおそれがあります。空だきなど異常に高温になった場合、トッププレートが変色することがあります。
・ホーロー鍋は、空だきしたり、焦げ付かせたりすると鍋底が過熱して、底面のホーローが溶けて焼きつき、鍋やトッププレートが破損、損傷する原因になります。
●火気を近づけない
●吸気口や排気カバーをふさいだり、排気カバー付近に手、顔、鍋の取っ手を近づけない
●トッププレートの上面操作パネルの上に、熱い鍋などを置かない
●トッププレートの上に直接食材を置いて調理しない
●使用中は本体から離れない

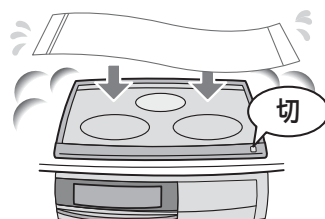
●片手鍋を使用する場合は、取っ手の位置に十分注意する
取っ手が手や体に不用意に当たった場合、鍋がひっくり返ってやけどや火災の原因になります。
●揚げ物調理中は、飛び散る油に注意する
●油煙が多く出たら電源を切る
●使用中や使用後、庫内クリーニング中はレンジフードファンを使用する
煙や臭いなどに敏感な小鳥などの小動物は別の部屋に移してください。

グリル使用中に

●グリル使用中に調理物が発煙・発火した場合は、次の手順で消火する

●消火するまでグリルドアを開けない
（空気が入り、炎が大きくなります）

消　火　手　順

①電源を切る
②排気カバー全体をぬれたタオルでふさぐ
※このときグリルドアの周囲から煙が出ます。
③専用ブレーカーを切る
※グリルドア（強化ガラス）に水をかけない。（強化ガラスが割れます）

お手入れは

お手入れは、電源を切り、本体が冷えてから行う

⚠注意

●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

グリルを使用するとき

●使用中や使用後はグリルドア（強化ガラス）に水をかけない
高温になっているところに水をかけると割れるおそれがあります。
●グリルドアを持って勢いよく引き出したり、持ち上げながら引き出したり、またグリルドアに強い力を加えたりぶらさがらない
グリルドア、受皿、焼網などが落下して、やけどやけがをしたり、破損の原因になります。
●受皿が破損した場合は使わない
キャビネット内に水などが落ちる原因になります。
●グリルドア（強化ガラス）に傷がついた場合は使わない
強化ガラスは普通のガラスに比べ強度が高く、安全性の高いガラスですが、小さな傷でも亀裂が進行し、傷を起点として一瞬で粒状に破損するおそれがあります。傷がついた場合は、日立の家電品取扱店でお買い求めください。➔P.4
●使用中は本体から離れない
●必要以上に、長時間調理しない
発煙・発火するおそれがあります。
●受皿には水以外のもの（アルミホイル・クッキングシート・オーブンシート・グリル用の石など）を入れて使用しない
脂が過熱し、発煙・発火するおそれや調理がうまくできないことがあります。

●使用中や使用後は、グリルドア、受皿、焼網は高温になっているので、お手入れをするときは十分冷えていることを確認してから行う
●アルミホイルは、ヒーターに触れないように焼網の上に置く
ヒーターに触れると発火のおそれがあります。
●グリル庫内や受皿は、魚などの脂がたまらないよう使用の都度掃除し、定期的にお手入れをする
続けて使用するときは、受皿にたまった脂を捨て、汚れをきれいに落としてください。

次の点もご注意ください

●トッププレートの上で、IH ジャー炊飯器など電磁誘導加熱の調理機器を使わない
磁力線により本製品が故障する原因になります。
●キャビネット（本体左右・下側）に調味料・食品などを置かない
本体からの排熱により、調味料・食品などの変質の原因になります。
●排気口に水などをこぼさないよう注意する
キャビネット内に水などが落ちる原因になります。万一水などをこぼした場合は、本体とキャビネット内を確認してすぐにふき取ってください。
●プレートワクを鍋底でこすったり、プレートワクに熱い鍋を置かない
ステンレスの傷つき・変色の原因になります。
●トッププレートの上に鍋のふたや受皿、バーベキュー用やホットプレート用の鉄板などを置かない
ヒーターが通電すると加熱され、火災・故障の原因になります。
●左・右IHヒーター使用中は磁力（磁力線）が出ているため、磁気に弱いものを近づけない
• ラジオ・テレビ・補聴器など（雑音の原因になります）
• キャッシュカード・磁気テープ・自動改札用定期券など（記憶が消える原因になります）
●光センサーに直射日光が当たると誤作動することがある
鍋の位置がずれたときなど光センサーに直射日光が当たると、鍋の温度が正しく検知できない場合や通電を停止する場合があります。鍋をIHヒーターの中央に置いてください。
●酸の強い食品がついた場合はすぐふきとる
ジャム、レモン汁、梅、お酢を使った食品などを付着したまま放置すると、トッププレート、プレートワクが変色したり、接続部分が劣化し、はがれの原因になります。
●土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器は使わない
S IH または S CH・IH 付、「IHで使える」と表示している土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器などでも形状によってはIHクッキングヒーターが故障したり鍋が割れたりする場合がありますので使わないでください。
●ビルトインオーブンレンジと組み合わせて使用の場合、グリルドアの取っ手の温度に注意する
オーブンレンジの排気でグリルドアの取っ手が熱くなる場合があります。IHクッキングヒーターを使っていなくても、オーブンレンジを使うと排気カバー部が熱くなる場合があります。
●害虫（ゴキブリなど）が製品内に侵入すると故障の原因となる
適切な環境下でご使用ください。

使える鍋の種類

鍋の材質と形状で、使える◯ 使えない✕ を確認する

●IHヒーターには、財団法人 製品安全協会の SIH または SCH·IH マークの付いた鍋をおすすめします。
（鍋の説明書をよくお読みになり鍋に適した火力で使用するなど正しく安全にお使いください）

■ 使える鍋の材質

材質		左・右IHヒーター		中央ヒーター
鉄・鉄鋳物・鉄ホーロー		◯	ホーロー鍋は空だきしたり焦げ付かせないようにしてください。底面のホーローが溶けて焼きつき、鍋やトッププレートが破損、損傷する原因になります。	
ステンレス	鍋底に磁石がつくもの（磁性／18-0）	◯		
ステンレス	鍋底に磁石がつかないもの（非磁性／18-8、18-10）	◯	鍋底の厚さが1mmを超えると火力が弱くなります。	◯
多層鍋	間に鉄を挟んでいるもの（鍋底に磁石がつくもの）	◯	間にはさんでいる材質で、火力が変わります。	◯
多層鍋	間にアルミを挟んでいるもの（鍋底に磁石がつかないもの）	✕		◯
アルミ・銅		✕		◯ 打ち出し鍋は変形したり、火力が弱くなったりする場合があります。
ガラス・陶磁器（土鍋・セラミック鍋など）・直火用焼き網		✕	SIH または SCH·IH 付、IHで使えると表示しているものも含む。	✕ 超耐熱ガラスは使えます。

■ 使える鍋の形状

※鍋底の直径が大きいと、調理物によっては仕上がりにムラができる場合があります。

「揚げ物」で使える鍋について

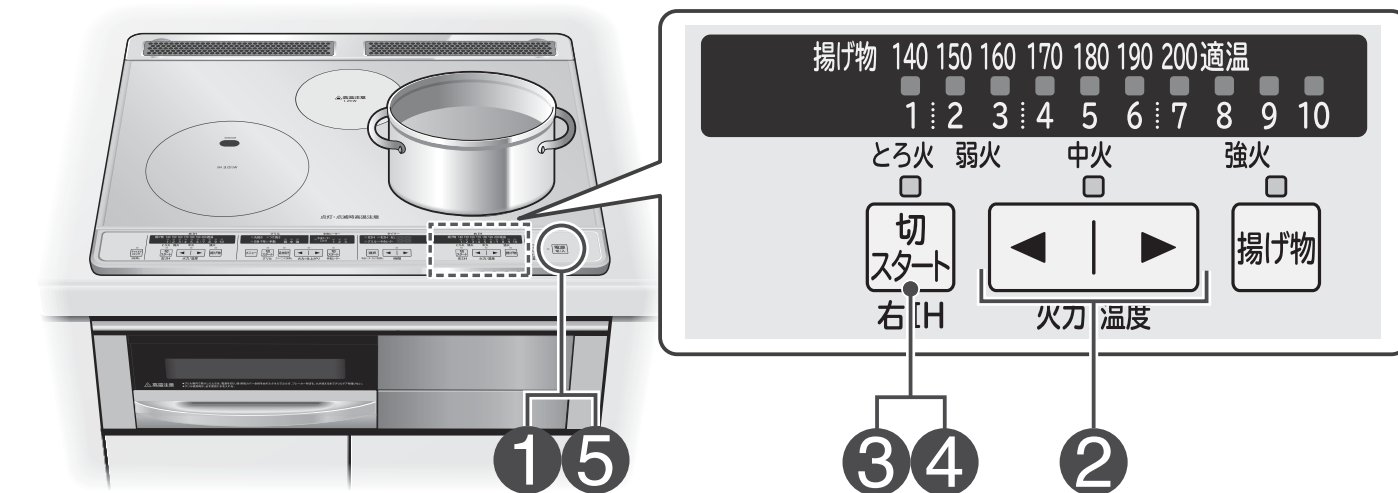
揚げ物は、必ず指定の鍋をお使いください。

●別売の推奨天ぷら鍋 （→P.4） や SIH または SCH·IH 付の鍋で、次のものを使用してください。

鍋底の直径	12～26cm	鍋上部の内径	16cm以上
鍋底の形状	平らなもの（反りが3mm未満）	内径	
鍋底の厚さ	1mm以上		

● SIH または SCH·IH 付でもフライパン・鋳物鍋は使用できません。

お手持ちの鍋を確認する

●右IHヒーターで説明しています。（左・右どちらのIHヒーターでも確認できます）

準備 確認する鍋に水（約200mL）を入れ、IHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

2 ◀ | ▶（火力/温度）を押す

3 切 スタート（右IH）を押し、通電する

▼

火力表示ランプを見る

4 確認が終わったら

切 スタート（右IH）を押し、通電を切る

5 続けて使わないときは

電源 切/入 を押し、電源を切る
（ランプが消灯します）

使える鍋、使えない鍋の表示

◯ 使える鍋は加熱が始まります。

✕ 使えない鍋は火力表示ランプが交互に点灯します。

●約30秒後にブザーが鳴り、表示が消え、自動的に通電を停止します。

● 切 スタート（右IH）を押してから ◀ | ▶（火力/温度）を押しても通電できます。

●トッププレートの温度が約50℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

消費電力と安全機能について

複数のヒーターやグリルを同時に使う場合は、自動的に火力やメニューを制限します

●総消費電力が5.8kWまたは4.8kW（設置時に設定）以内で同時に使えますが、総消費電力を超えないように自動的に火力やメニューを制限します。（総消費電力の切り替えについては、お買い上げの販売店にご相談ください ➔P.50）
・火力が上げられない。（「ピピピッ」と鳴る）
・キーを押してもスタートできない。
▶ 他のヒーターの火力を下げるか通電を停止してから再操作してください。
●中央ヒーターとグリルは、同時に使用できません。
●左IHヒーターとグリルの同時使用時、左IHヒーターの最大火力は「7」までです。

消費電力の目安（相当とはヒーターの入・切による平均消費電力）

左・右IHヒーター

火力	とろ火	弱火		中火			強火			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
消費電力	100W相当	300W	500W	800W	1.1kW	1.4kW	1.6kW	2.0kW	2.6kW	3.0kW

揚げ物　左・右IHヒーター 最大1.5kW

中央ヒーター
最大1.2kW

グリル
丸焼き　切身・干物　つけ焼き　1.2kW　　手動　600W相当、900W相当、1.2kW

こんなときは安全機能が働きます

機能名	検知内容	自動停止・表示内容
鍋無し自動停止	通電中に左・右IHヒーターから鍋をおろしたり、鍋の位置が大きくずれた。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（約30秒以内に戻せば通電は継続されます） ➔P.34
金属小物検知自動停止	左・右IHヒーターの上に、ナイフやフォークなどの金属製小物がある。または直径（12cm未満）の小さな鍋がある。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（金属小物を取り除くか、または鍋を交換してください） ➔P.34
揚げ物鍋反り検知自動停止	鍋底の反りや変形が大きい。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（鍋を交換してください） ➔P.37
切り忘れ防止自動停止	ヒーター通電後、約45分経過した。（グリル　調理メニュー「手動」は約30分）	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。 ➔P.34
過熱防止自動停止	鍋底温度が異常に上昇した。 吸・排気口がふさがれるなどして、本体内部の温度が異常に上昇した。	火力制御しても鍋底温度が異常に上昇した場合は、ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（鍋底の厚み、異物付着、または吸・排気口を確認してください）火力が弱い場合や鍋の種類によっては、この機能が働かないことがあります。 ➔P.37
グリル過熱防止自動停止	グリル庫内の温度が異常に上昇した。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（グリル庫内を冷却してください） ➔P.37
高温注意表示	トッププレート（約50℃以上）やグリル庫内（約60℃以上）が高温になっている。	高温注意表示が消えるまで触らないようにしてください。電源を切っても温度が下がるまで表示します。
オートパワーオフ	電源「入」の状態で、約10分（または約5分・約30分）放置された。	自動的に電源が切れます。（高温注意表示を行っているときは働きません）

オートパワーオフの時間の切り替えについては、お買い上げの販売店にご相談ください ➔P.50

ヒーターの使いかたのポイント

鍋底の厚さや汚れに注意してください

●鍋底の厚さが薄い（0.8mm以下）鍋は強火でのご使用は控えてください。（鍋底変形の防止）

●鍋底の水分や汚れ、付着物はふき取ってからご使用ください。（鍋の移動や蒸気の噴出、トッププレートの汚れ防止）

鍋は、ヒーター（丸表示）の中央に置き、左・右IHヒーターの場合は、鍋底が光センサーの上にあることを確認します

●鍋が、光センサーの上に置かれていない場合や、光センサーの上に置かれていても左・右IHヒーターの中央から大きくずれている場合は、鍋の確認ができず、安全のため通電を停止したり、火力が入らないことがあります。

鍋
光センサー
光センサーの上に置かれていても左・右IHヒーターの中央から大きくずれている

鍋の加熱が早いので、そばを離れず、こまめに火力調整します

同じ鍋でも、左右のIHヒーターによって火力が異なる場合があります

●IHヒーターの特性や冷却具合が左右で全く同じにはならないため、同じ鍋でも火力が異なる場合があります。
●メニューを選んで調理したときに、左右で仕上がり時間が異なる場合があります。

音について

➔P.35

●使用中に鍋から「ジー」、「カチカチ」、「キーン」などの音が出る場合があります。これは磁力（磁力線）による鍋の振動で、異常ではありません。そのままご使用ください。

●使用中や使用後しばらくは、本体内部の温度上昇を抑えるために冷却ファンを回します。（最大約10分）そのため冷却ファンの音と本体から少し風が出ます。異常ではありません。
●電源を入・切するときや使用中に、「カチャ」と音がする場合があります。これは、内部電気部品のスイッチ動作やヒーターの入・切する音で、異常ではありません。

ゆでる・煮る・蒸す・焼く・いためる・温める

お好みの火力で調理します

左・右IHヒーターが使えます

●フライパンなどの取っ手がプレートワク（上面操作パネル部）に乗り上げないようにしてください。鍋底が浮いて火力が弱くなることがあります。
●右IHヒーターで説明しています。

火力調節の目安

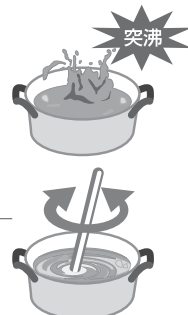
火力	とろ火	弱火		中火			強火			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
消費電力	100W相当	300W	500W	800W	1.1kW	1.4kW	1.6kW	2.0kW	2.6kW	3.0kW
調理例 ゆでる				←			めん類・根菜・葉菜		→	沸とうさせるとき
煮る	←	カレーなどのとろみのあるもの	→	煮魚など ひと煮立ちさせるとき	→	←		煮立てるとき	→	沸とうさせるとき
蒸す		←			→ 茶わん蒸し・シュウマイ					沸とうさせるとき
焼く			←		卵焼き・オムレツ・ハンバーグ・ぎょうざ・肉類			→		
いためる			←		玉ねぎ・ホワイトソース・焼きそば・チャーハン・野菜いため			→		
温める	保温するとき、チョコレートを溶かすとき	温め直すとき		カレーのルー・みそ汁						

●火力「10」は火力が強いため、特に少量の材料を調理するときは、鍋やフライパンを傷めるおそれがありますので、火力を下げることをおすすめします。
●火力「10」の連続使用時間は最大約10分です。10分を超えると「ピピピッ」と鳴って自動的に火力「9」に下がります。
●火力「9」「10」の連続使用時間は合計で最大約15分です。15分を超えると「ピピピッ」と鳴って自動的に火力「8」に下がります。

⚠警告

●**いため物・焼き物など、少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後で油を入れて調理するときは、そばを離れたり、加熱し過ぎない**
使用する油の量が少ないため油温が急激に上がり、発火するおそれがあります。加熱し過ぎないよう火力をこまめに調節してください。
●**加熱中や加熱後および再加熱の際は、鍋に顔を近づけたり、のぞき込まない**
水などの液体やカレー・みそ汁・吸い物・牛乳などの煮物・汁物が突然沸とう（突沸）して飛び散ったり、鍋が跳び上がることがあり、やけどやトッププレートが割れるおそれがあるため、加熱中や加熱後および再加熱の際は鍋に顔を近づけたり、のぞき込まないようにしてください。

突沸

●**調理するときは食材の加熱状態を均一にするため火力を弱めにし、よくかき混ぜる**

準備 材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置き、鍋底が光センサーの上にあることを確認する

●光センサーの上に鍋がない状態を継続しても、鍋振りなどを考慮して火力を抑えて通電しますが、さらに鍋がない状態が続くと、安全のため通電を停止する事があります。鍋の温度の上がり過ぎには十分注意してください。➔P.13

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

2 ◀ | ▶（火力/温度）を押し、お好みの火力表示ランプを点灯させる

●火力キーを押した後、約10秒以内に「切/スタート」キーを押さないとブザーが鳴り自動的に解除されます。

◀ | ▶（火力/温度）を押すと
●火力「5」が点灯します。

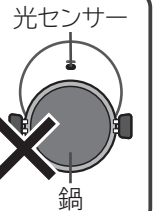
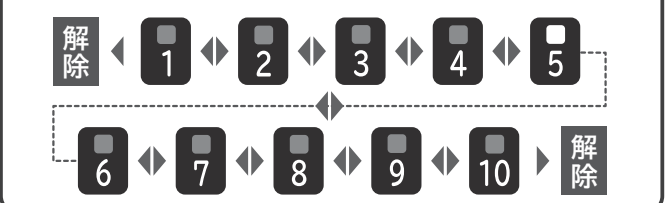
点灯
揚げ物 140 150 160 170 180 190 200 適温
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
とろ火 弱火 中火 強火

●続けて ◀ | ▶（火力/温度）を押すと火力は「1」～「10」まで設定できます。

3 切/スタート（右IH）を押し、通電する

▼

調理する

タイマーを使うときは ➔P.27

通電をスタートすると（火力「5」の場合）
●火力「1」～「5」までを点灯し、加熱が始まります。

4 火力を調節するときは

◀ | ▶（火力/温度）を押す

●火力は「1」～「10」まで調節できます。

●最終キー操作から約45分経過すると、通電を停止します。
●切/スタート（右IH）を押してから ◀ | ▶（火力/温度）を押しても通電できます。

5 調理が終わったら

切/スタート（右IH）を押し、通電を切る

6 続けて使わないときは

電源 切/入 を押し、電源を切る（ランプが消灯します）

お手入れをするときは ➔P.30、31

●トッププレートの温度が約50℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

⚠注意

●**調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節する**
●**鍋底の薄いもの、鍋底が反っているフライパンや鍋などは「中火」以上で予熱すると赤熱する場合があるので注意する**
●**火力が強い場合、鍋ややかんの形状などによってはふきこぼれたり、蒸気が勢いよく出るおそれがあるので、沸とうしたら火力を下げる**
●**煮込みなどで長時間ご使用時は、途中でかき混ぜるなどし、ふきこぼれや焦げ付かせないようにする特にタイマーを使用するときは焦げ付きに注意する**

揚げる

予熱完了をメロディーでお知らせし、調理中油温をコントロールします

左・右IHヒーターが使えます

●必ず指定の鍋を使用してください。(➔P.10)
●片手鍋を使用する場合は、取っ手の位置に十分注意してください。
取っ手が、手や体に不用意に当たった場合、鍋がひっくり返ってやけどや火災の原因になります。
●揚げ物ではふたを使用しないでください。油の温度が適正にコントロールできなくなります。
●右IHヒーターで説明しています。

設定油温の目安

■別売の推奨天ぷら鍋に油800g（880mL）を入れた場合

設定油温	140	150	160	170	180	190	200
調理例	野菜の油通し（140～170）				天ぷら・手作りコロッケ・エビフライ（180～200）		
				冷凍食品（コロッケ・メンチカツなど）（170～190）			
			フライ・鶏の唐揚げ・ドーナツ（160～180）				
		素揚げ・大学いも・ポテトチップ・魚の丸揚げ（150～190）					
		野菜（ししとう辛子、しその葉など）天ぷら・とうふ揚げ（150～190）					

●設定油温は調理時の温度目安で、油量や食材、使用する鍋により異なります。また食材が入っていない場合は、設定した温度よりやや高めの温度になります。

⚠警告

●火災・やけどの原因になります。

揚げ物調理は　●揚げ物調理の際、油は炎がなくても発火のおそれがあります

●揚げ物調理中はそばを離れない
●指定の鍋以外は絶対に使わない (➔P.10)
指定の鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく働かないことがあり、火災の原因になります。
●フライパンは使わない
●油は200g（220mL）未満、また、深さ1cm未満では調理しない
油は200g（220mL）～800g（880mL）の範囲で、鍋の深さや調理物に応じて調理してください。油量が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また油量が多過ぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。
●鍋底が変形したものは使わない
●鍋底やトッププレートに汚れがこびりついたまま使わない

油量200g～800g
深さ1cm以上

●油煙が多く出たら電源を切る
●鍋はIHヒーターの中央に置く
●必ず「揚げ物」キーを使用する
手動によるお好みの火力では揚げ物調理をしないでください。油の温度を適正にコントロールできないため、油が過熱され発火するおそれがあり、火災の原因になります。

準備 200g～800g、深さ1cm以上に油を入れた指定の鍋をIHヒーターの中央に置き、鍋底が光センサーの上にあることを確認する

●光センサーの上に鍋がない場合は、安全のため通電を停止することがあります。(➔P.13)

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

2 揚げ物 を押し、「揚げ物」ランプを点灯させる

揚げ物 を押すと

3 ◀ | ▶（火力/温度）を押し、油温を設定する

設定油温

●設定油温は目安です。油量、調理物の種類や数量、鍋の材質や形状により、油温がずれる場合があります。設定油温を変えて調節してください。

4 切/スタート（右IH）を押し、通電する

●鍋の温度を正しくはかるため鍋を中央から動かさないでください。
●メロディーが鳴ったら適温です。

適温

揚げ物 140 150 160 170 180 190 200 適温
点灯
点灯
メロディー

適温になったら調理する

●適温になる前に、材料を入れないでください。

●予熱が完了するとメロディーが鳴って、「適温」が点灯します。
●「適温」が点灯するまで、800gの油で約10分かかります。（鍋の種類によっては、約15分かかることがあります）
●鍋の種類や材質、形状により、予熱時間が長くなる場合があります。また、異常を検知して通電を停止する場合があります。その場合は、指定の鍋か確認してください。(➔P.10)
●最終キー操作から約45分経過すると、通電を停止します。

5 **設定油温を調節するときは**

◀ | ▶（火力/温度）を押し、油温を調節する

6 **調理が終わったら**

切/スタート（右IH）を押し、通電を切る

7 **続けて使わないときは**

電源 切/入 を押し、電源を切る（ランプが消灯します）

お手入れをするときは (➔P.30、31)

●トッププレートの温度が約50℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

ご注意

●トッププレートの光センサーが汚れていたり、水などでぬれていたり、鍋底がぬれているときなど、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。汚れを取り除き、水などをふき取ってください。(➔P.30、31)
●揚げ物調理中に他のIHヒーターで湯を沸かすなどをする場合、湯が跳ねて油の中に入らないように火力の調節に注意してください。
●廃油凝固剤を使用する場合は、廃油凝固剤の取扱説明書をご覧ください。
●鍋の底に垂れた油が固まり、トッププレートが茶色くなることがあります。汚れている場合は、お手入れをしてください。(➔P.30、31)
●調理後は、本体内部が高温のため鍋の温度が正しく検知できない場合があります。十分に本体の温度を下げてからご使用ください。

温める

お好みの火力で調理します

中央ヒーターが使えます

⚠警告

●**中央ヒーター使用中や使用後しばらくは高温になっているので、トッププレートに触れない**
中央ヒーターは赤熱し、トッププレートの表面が高温となり、やけどのおそれがあります。
●**可燃物をのせない**
火災の原因になります。

⚠注意

●**調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節する**

お知らせ ●超耐熱ガラスや小さい鍋が使えます。

ご 注 意 ●中央ヒーターは、火力のコントロールや温度調節機能が働くため、ヒーターが赤くなったり消えたりすることがありますが故障ではありません。（火力「3」の場合でも温度調節機能が働き、ヒーターが赤くなったり消えたりします）
●中央ヒーターの中に見える斜めのすじは、温度調節機能のセンサーです。

準備 材料を入れた鍋を中央ヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

2 ◀|▶（火力/仕上がり）を押し、お好みの火力表示ランプを点灯させる

◀|▶ を押すと
●火力「3」が点灯します。

●続けて ◀|▶（火力/温度）を押すと火力は「1」～「3」まで設定できます。

3 切スタート（中央ヒーター）を押し、通電する

調理する

タイマーを使うときは ➔P.27

通電をスタートすると（火力が「3」の場合）
●火力「1」～「3」までを点灯し、加熱が始まります。

		消費電力
1 2 3	（火力「**3**」）	1.2kW
1 2 3	（火力「**2**」）	600W相当
1 2 3	（火力「**1**」）	300W相当

●最終キー操作から約45分経過すると、通電を停止します。
●切スタート（中央ヒーター）を押してから ◀|▶（火力/仕上がり）を押しても通電できます。

4 **火力を調節するときは**

◀|▶（火力/仕上がり）を押す
●火力は「1」～「3」まで調節できます。

5 **調理が終わったら**

切スタート（中央ヒーター）を押し、通電を切る

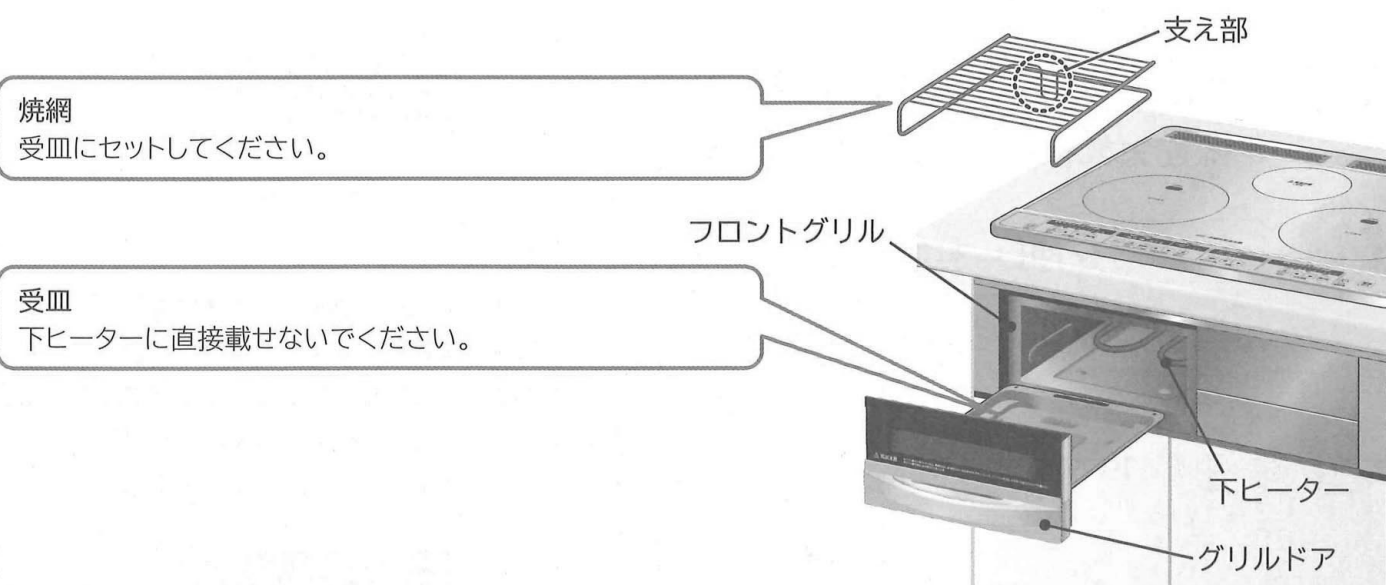
6 **続けて使わないときは**

電源 切/入 を押し、電源を切る
（ランプが消灯します）

お手入れをするときは ➔P.30、31

●トッププレートの温度が約50℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

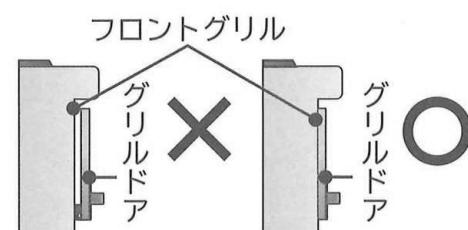
グリルの使いかたのポイント

受皿と焼網は、必ずセットしてから使います

⚠注意

●受皿には水以外のもの（アルミホイル・クッキングシート・オーブンシート・グリル用の石など）を入れて使用しない
（脂が過熱し、発煙・発火するおそれや調理がうまくできないことがあります）

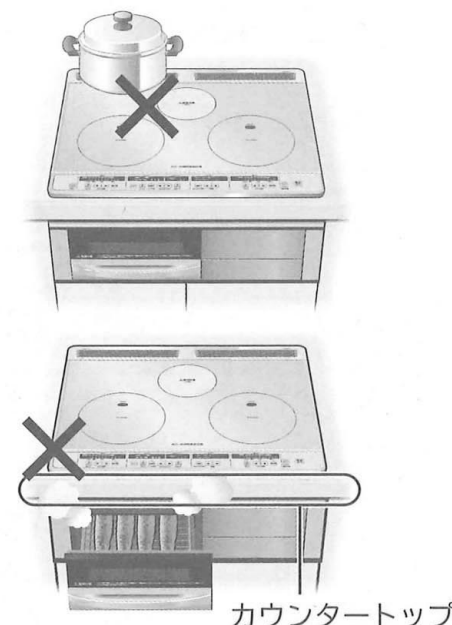
調理の準備をする際は

⚠注意

●受皿には水（200mL）を入れる
（水を入れないと調理がうまくできない場合や通電を停止する場合があります）
●材料は焼網からはみ出したり、間からたれないように置く
（材料が下ヒーターに触れていないことを確認してください。触れていると、焦げたり、においや煙が出たり、発火のおそれがあります）
●アルミホイルはヒーターに触れないように焼網の上に置く
（ヒーターに触れると発火のおそれがあります）
●もちはヒーターに触れるので焼かない
（焼く場合は、フライパンで「弱火」～「中火」で様子を見ながら焼いてください ➔P.43）
●骨付きももなど厚みのある肉類は、焦げやすく、焼き不足になりやすいので焼かない
（肉類を調理する場合は、フライパンで「弱火」～「中火」で様子を見ながら調理してください）
●閉じるときは、グリルドアがフロントグリルに密着するまで押し込む
（グリルドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります）

調理中は次の点に注意する

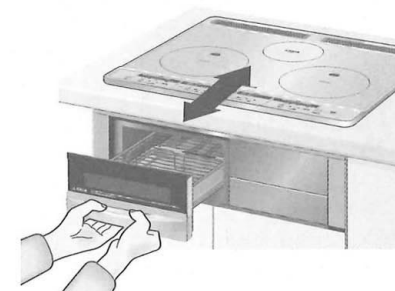
⚠注意

●排気カバーの上に鍋等を置かない
（排気カバーをふさぐとグリルドアから煙が漏れたり周囲や下側に露がつく場合があります）

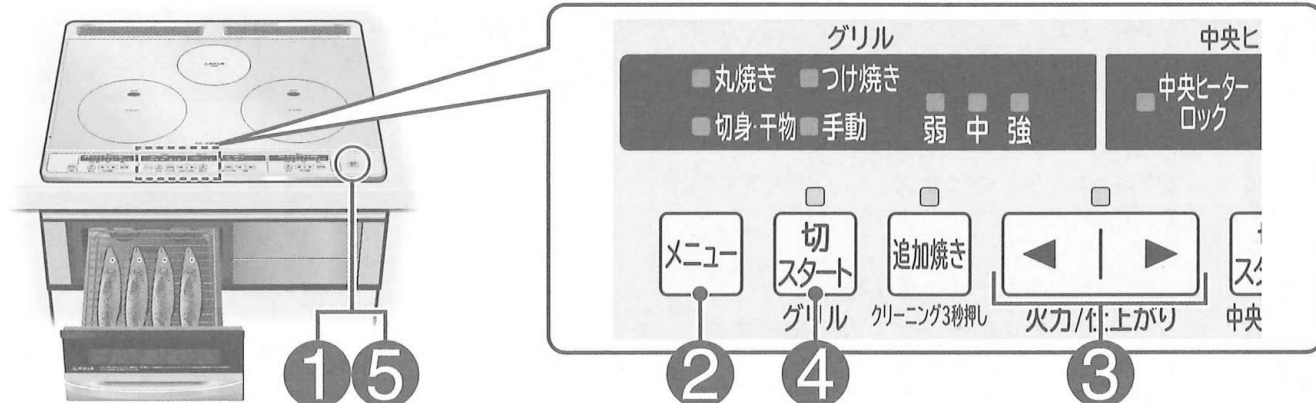
●連続してご使用になる場合は
グリル庫内の温度を下げてから調理する
（庫内の温度が高いまま調理すると温度センサーが正しく働かず、早めに調理が終了したり、調理時間が長くなったりします）
焼網、受皿の汚れをきれいにする
●調理の途中でグリルドアを開けない
（上手に調理ができません）（カウンタートップを焦がしたり、本体の上部が異常に過熱され、やけどの原因になります）
●レンジフードファンを使用する
（調理中、排気口から煙が出ます）
●調理中、グリルドアがくもったり、周りに露が付いたりすることがあるので、周りに付いた露はふきんでふき取る

お知らせ
●通電してしばらくの間、前回の調理でヒーターについた脂が加熱されにおいや煙が出ることがあります。
●調理中、材料や材料の脂などが下ヒーターや受皿に落ちると、においや煙が出ることがあります。
●調理中はヒーターがついたり消えたりしますが、温度調節しているため故障ではありません。
●調理直後にグリルドアを引き出すと、煙が前面から出ます。特に脂分の多い魚などを焼いたあとは、30秒程度待ってから引き出してください。
●調理メニュー「手動」は上・下ヒーターの通電を細かく切り替えて両面を焼き上げるため、ヒーターが赤くならない場合があります。また、調理メニュー「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」で調理するときよりも仕上がりに時間がかかる場合があります。
（みりん干しなどの焦げやすい調理物を調理するため火力を抑えているためです）
●厚みのある魚は、調理メニューの「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」で調理してください。

調理後は

⚠注意

●焼網、受皿は使うたびにお手入れをする ➔P.33
●グリルドアの取っ手の下側が熱くなるので注意する
（長時間グリルを使用すると、取っ手が熱くなる場合があります）
●グリルドアは、取っ手の中央部を持ってゆっくりと開閉する
（調理物が焼網から落ちる場合があります）

丸焼き、切身・干物、つけ焼き

調理メニューを選んで焼き上げます

受皿には水を入れてください

仕上がり設定、調理時間の目安

調理物に合わせてメニューと仕上がりを選んでください。

●[ ]は1尾(切れ・枚・本)あたりの重さです。( )は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって仕上がりを選んでください。

●食材の厚さは4cm以下にしてください。

メニュー	つけ焼き			切身・干物			丸焼き		
材料に適した仕上がり	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
	調理メニューの焼きあげ強さは、「つけ焼き」<「切身・干物」<「丸焼き」の順に強くなっています。								
調理例			さわらの西京漬け(みそ漬け、かす漬け) [約80g] 4切れ (約14~17分)	はたはた [約30g] 4尾 (約9~12分)	さんまの一夜干し [約110g] 2枚 (約14~16分)		塩さんま(塩蔵品) [約180g] 1~4尾 (1尾:約11~13分) (4尾:約15~17分)	さんまの塩焼き [約180g]1~4尾 (1尾:約14~16分) (4尾:約18~21分)	
		ぶりのつけ焼き(しょうゆ漬け) [約100g] 4切れ (約11~14分)	焼きとり(たれ焼き) [1本 約50g] 8本 (約14~17分)	めざし [約40~50g] 4尾 (約9~12分)	塩ざけ [約80g] 4切れ(約14~16分)		さんまの塩焼き(はらわたなし) [約180g] 4尾 (約15~17分)	あじの塩焼き [約130~180g]1~4尾 (1尾:約14~16分) (4尾:約18~21分)	
					塩さばの切身 [約80~100g] 4切れ (約14~16分)				
			焼きとり(塩焼き) [1本 約50g] 8本 (約14~17分)	ししゃも [約20g] 4尾 (約9~12分)	あじの開き [約100g] 2枚(約12~14分)			いさき [約230g] 2尾 (約16~21分)	たいの塩焼き [約200g以上] 1尾 (約16~19分)

丸焼き、切身・干物、つけ焼きのコツ

●魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、焼網の手前側に尾を向けてください。

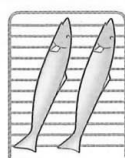
●魚を1～3尾焼く場合は、ヒーター形状により置く位置で焼き色が付きにくい場合がありますので魚を斜めに置いてください。

手前側

●焼網にサラダ油などを塗っておくと調理物が焼網に付着しにくく、取り出しやすくなります。

●焦げ目のつき具合は魚の種類や大きさ、同じ大きさでも脂ののり具合、魚の温度、塩のふり加減によって異なります。(塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります)お好みにより仕上がりを調節して調理してください。

●水分が多い生魚(さんまやあじなど)は、調理する約10～20分前に塩をふっておくと、焼き色が付きやすくなります。

●冷凍してある魚は、よく解凍してから焼いてください。魚の内部が冷たいため、中まで火が通りにくく焼き不足になったり、温度センサーが正しく働かず焼き過ぎたりします。

●厚みのある魚は、そのまま焼くと中まで火が通りにくく、焼き不足になりますので皮に切れ目を入れてください。

●焼網よりも大きな魚を調理する場合は、半分に切ってください。

●複数の食品を焼くときは種類、大きさ、厚さをそろえてください。小さいものや火の通りやすいものは、焼き過ぎになります。

●はらわたを取ったさんま(生)は、「丸焼き」弱で焼いてください。

●つけ焼きのたれは、よく落としてください。たれやみそが多くついていると焦げやすくなります。お好みにより仕上がりを調節して調理してください。

●魚の大きさや脂ののり具合などの条件により、においや煙が多い場合は、室温に戻さず、冷蔵庫から出したらすぐに焼いてください。(約5～10℃が目安です)

準備 受皿に水(200mL)を入れ、材料を焼網の上に置き、グリルドアを確実に閉める

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

2 メニュー を押し、「丸焼き」または「切身・干物」、または「つけ焼き」ランプを点灯させる

メニュー選択

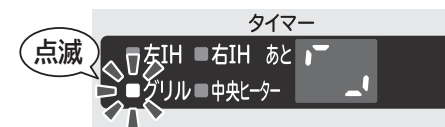
3 ◀ | ▶ (火力/仕上がり) を押し、材料に適した仕上がりに設定する

仕上がり設定

弱め　標準　強め

4 切 スタート (グリル) を押し、通電する

●調理が終わると、メロディーが鳴ります。

●時間表示に「 」と表示され、途中から調理の残時間を表示します。(他のヒーターでタイマー使用中は表示しません。表示を確認したい場合は、選択を押し、グリルのランプを点滅させてください)

●調理が終了すると 追加焼き のランプが点滅します。
焼きが足りないときは、「追加焼き」で様子を見ながら、さらに焼いてください。(➔P.26)

調理物を取り出す

5 続けて使わないときは

電源 切/入 を押し、電源を切る(ランプが消灯します)

●グリル庫内の温度が約60℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

お手入れをするときは ➔P.32、33

お願い

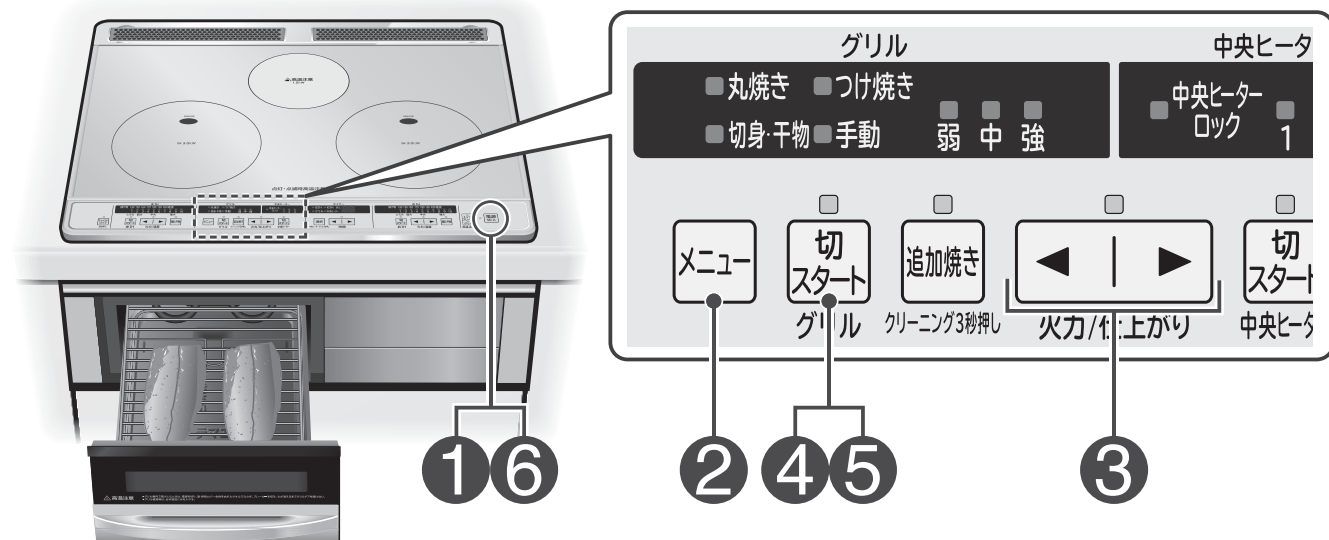
●調理中はメニューおよび仕上がりの変更はできません。

●調理物を入れたままにしておくと、余熱で焦げ過ぎることがあります。

メニューを選んで調理する

手動（魚焼き）

魚焼き調理をします

受皿には水を入れてください

魚焼き火力設定、調理時間設定の目安とコツ

材料に合わせてメニューと火力を選んでください。

●（　）は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって時間を調節してください。
●食材の厚さは4cm以下にしてください。

メニュー	手　動		
材料に合った火力	弱	中	強
調理例		小あじのみりん干し ［1枚 約4g］10枚（約5～10分） スルメ ［1枚 約70g］1枚（約3～5分）	さんまのみりん干し ［約80～160g］中2枚 （約6～10分） うるめいわし丸干し ［1尾 約10～15g］5～10尾 （約5～10分） いかのみそ漬け焼き ［1枚 約80g］1枚 （約15～17分）

●小さくて焼網に置けない場合は、アルミホイルを敷いてから置いてください。
●食品やアルミホイルなどが焼網からはみ出さないように置いてください。
●焼き色が濃過ぎたり、薄過ぎるときは火力を調節してください。
●連続して焼く場合は焼き時間を短くしてください。

準備 受皿に水（200mL）を入れ、材料を焼網の上に置き、グリルドアを確実に閉める

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、
電源を入れる（ランプが点灯します）

2 メニュー を押し、
「手動」ランプを点灯させる

3 ◀ | ▶（火力/仕上がり）を押し、
材料に合った火力に設定する

火力設定
点灯　点灯　点灯
弱 中 強　弱 中 強　弱 中 強
弱め　標準　強め

4 切 スタート（グリル）を押し、通電する

●通電を開始してから約30分経過すると、通電を停止します。

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、調理時間を調節してください。

タイマーを使うときは ➔P.27

5 調理が終わったら

切 スタート（グリル）を押し、通電を切る

調理物を取り出す

6 続けて使わないときは

電源 切/入 を押し、電源を切る
（ランプが消灯します）

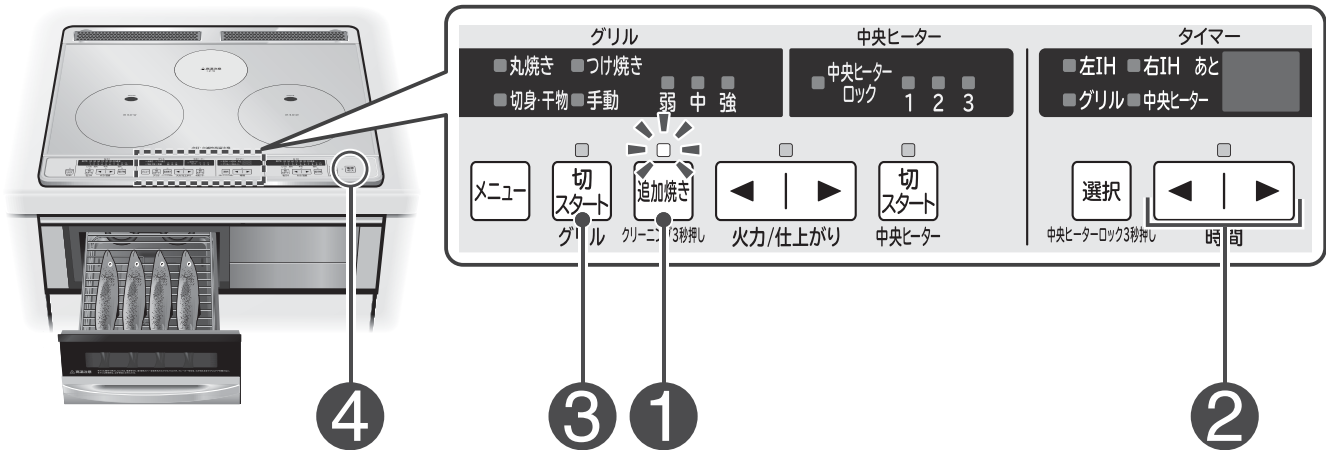
お手入れをするときは ➔P.32、33

●グリル庫内の温度が約60℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

お願い

●調理物を入れたままにしておくと、余熱で焦げ過ぎることがあります。

追加焼きをする

調理終了後、お好みで追加焼きができます

準備 調理メニュー終了後、設定する

1 追加焼き（クリーニング3秒押し）を押し、
追加焼きランプを点灯させる

2 を押し、
焼き時間を設定する

3 切/スタート（グリル）を押し、通電する

●調理が終わると、メロディーが鳴ります。

調理物を取り出す

4 続けて使わないときは

 電源 切/入 を押し、電源を切る
（ランプが消灯します）

お手入れをするときは ➔P.32、33

お願い

●「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」の調理終了後、約5分間 追加焼き のランプが点滅します。
約5分以内にセットしてください。

追加焼き時間の設定

●焼き時間は3～29分まで設定できます。

●調理が終了すると 追加焼き のランプが点滅します。
焼きが足りないときは、さらに「追加焼き」で様子を見ながら、焼いてください。

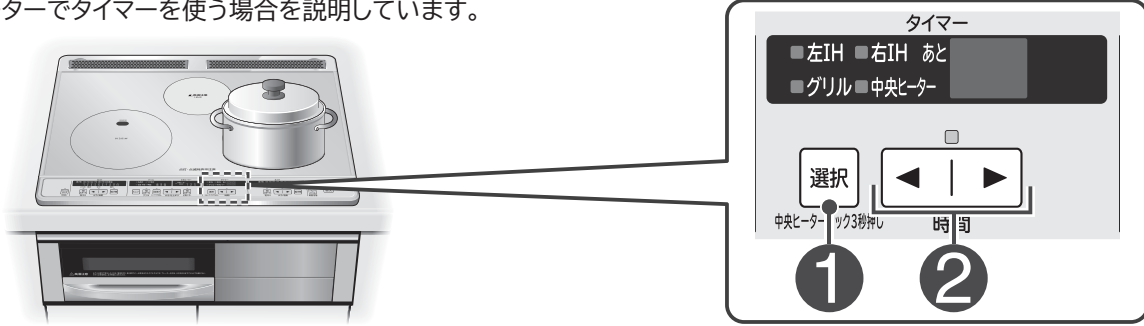
●途中で追加焼きを止めたい場合は、切/スタート（グリル）を押し、通電を停止してください。

●グリル庫内の温度が約60℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

点滅
トップ
グリル
高温注意

いろいろな機能を使う

タイマー（残時間）を使う

●右IHヒーターでタイマーを使う場合を説明しています。

お知らせ
●タイマーは複数のヒーターとグリルに設定することができます。
●「揚げ物」中のIHヒーターや調理メニュー「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」中のグリルには、タイマーを設定することができません。

通電中（調理中）に設定する

1 選択 を押し、タイマーを設定したいヒーターまたはグリルのランプを点滅させる

●通電していないヒーターまたはグリルにタイマーは設定できません。

2 ◀ | ▶（時間）を押し、時間を設定する

1分～1時間までは1分単位、2～9時間までは1時間単位で設定でき表示します。使いかたに応じて設定してください。
例：2時間30分の場合は、2時間のタイマー終了後、30分の時間設定をしてください。

●設定できる最長時間と表示のしかた

左・右IHヒーター	◎火力「1」～「3」	▶ 9時間（9hと表示）
	◎火力「4」～「10」	▶ 1時間（60と表示）
中央ヒーター	◎火力「1」～「3」	▶ 1時間（60と表示）
グリル	◎調理メニュー「手動」	▶ 29分

9時間の場合（9hと表示）
1時間の場合（60と表示）

●長い時間を設定する場合は「0」から ◀ で逆戻りすると早く合わせられます。
●グリル（調理メニュー「手動」）は切り忘れ防止自動停止機能（30分）を優先しますので、通電途中での設定では最大時間が短くなります。

約3秒間待つとメロディーが鳴り、タイマーがスタートします

タイマーが終了するとメロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

メロディー
点滅

●途中で調理タイマーを中止するときは、中止したいヒーターまたはグリルの 切/スタート を押し、通電を停止してください。

●タイマー設定の際「0」の表示のまま約30秒間放置するとタイマーが解除され、タイマー表示が消灯します。
●タイマー運転中は、タイマー表示部に設定したヒーターまたはグリルの残時間を表示します。
（2h～9hと表示の場合は、1時間経過するごとに表示が切り替わります）
●複数のタイマー使用中に残時間を確認したいときは、選択 を押し、確認したいヒーターまたはグリルを選んでランプを点滅させてください。

例：左IHヒーターと右IHヒーターでタイマーを使っている場合

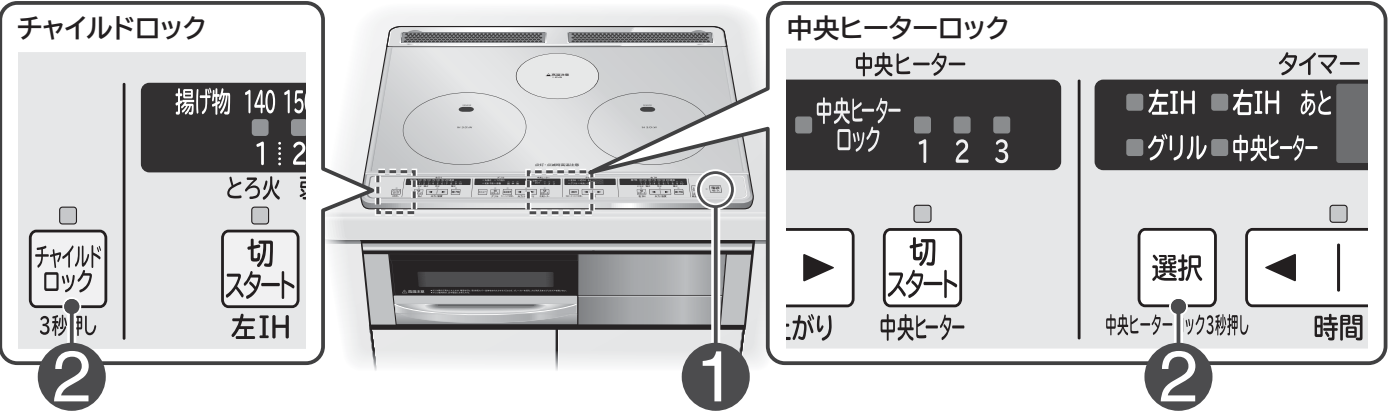
〈左IHヒーターの時間を表示〉　〈右IHヒーターの時間を表示〉

お願い ●タイマーを使うときは、ふきこぼれや焦げ付きにご注意ください。

追加焼きをする／いろいろな機能を使う（タイマーを使う）

いろいろな機能を使う（つづき）

操作をロックする

●安全のために、操作できないよう全ての操作、または中央ヒーターのみロックできます。
●全てのヒーターが切れている状態で受け付けます。
●電源を切っても記憶しています。

チャイルドロック

全ての操作をロックする

1. 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、
   電源を入れる（ランプが点灯します）
2. チャイルドロック（3秒押し）を3秒間押し、
   ランプを点灯させる
   ● 電源 切/入 は、受け付けます。

全てのロックを解除する

1. 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、
   電源を入れる（ランプが点灯します）
2. チャイルドロック（3秒押し）を3秒間押し、
   ランプを消灯させる

中央ヒーターロック

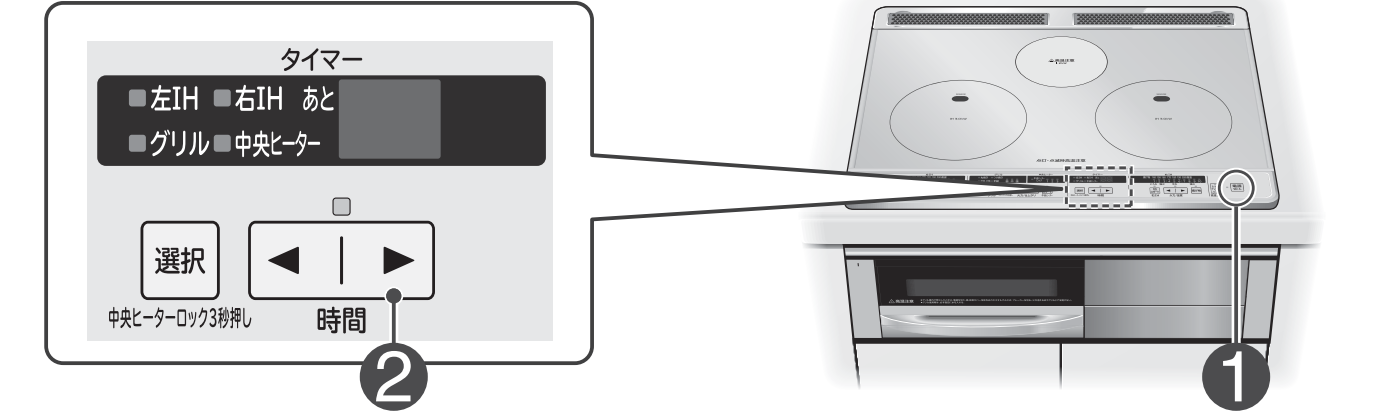
中央ヒーターの操作をロックする

1. 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、
   電源を入れる（ランプが点灯します）
2. 選択（中央ヒーターロック3秒押し）を3秒間押し、
   ランプを点灯させる
   ●中央ヒーター操作部以外は、受け付けます。

中央ヒーターのロックを解除する

1. 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、
   電源を入れる（ランプが点灯します）
2. 選択（中央ヒーターロック3秒押し）を3秒間押し、
   ランプを消灯させる

メロディーとブザーの切り替え

●全てのヒーターが切れている状態で受け付けます。
●電源を切っても記憶しています。

1. 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、
   電源を入れる（ランプが点灯します）
2. タイマー操作部の ▶（時間）を3秒間押し、
   「ピピッ」と鳴ったら 切り替え完了
   ●元に戻すときも、同じ操作をします。

お手入れ

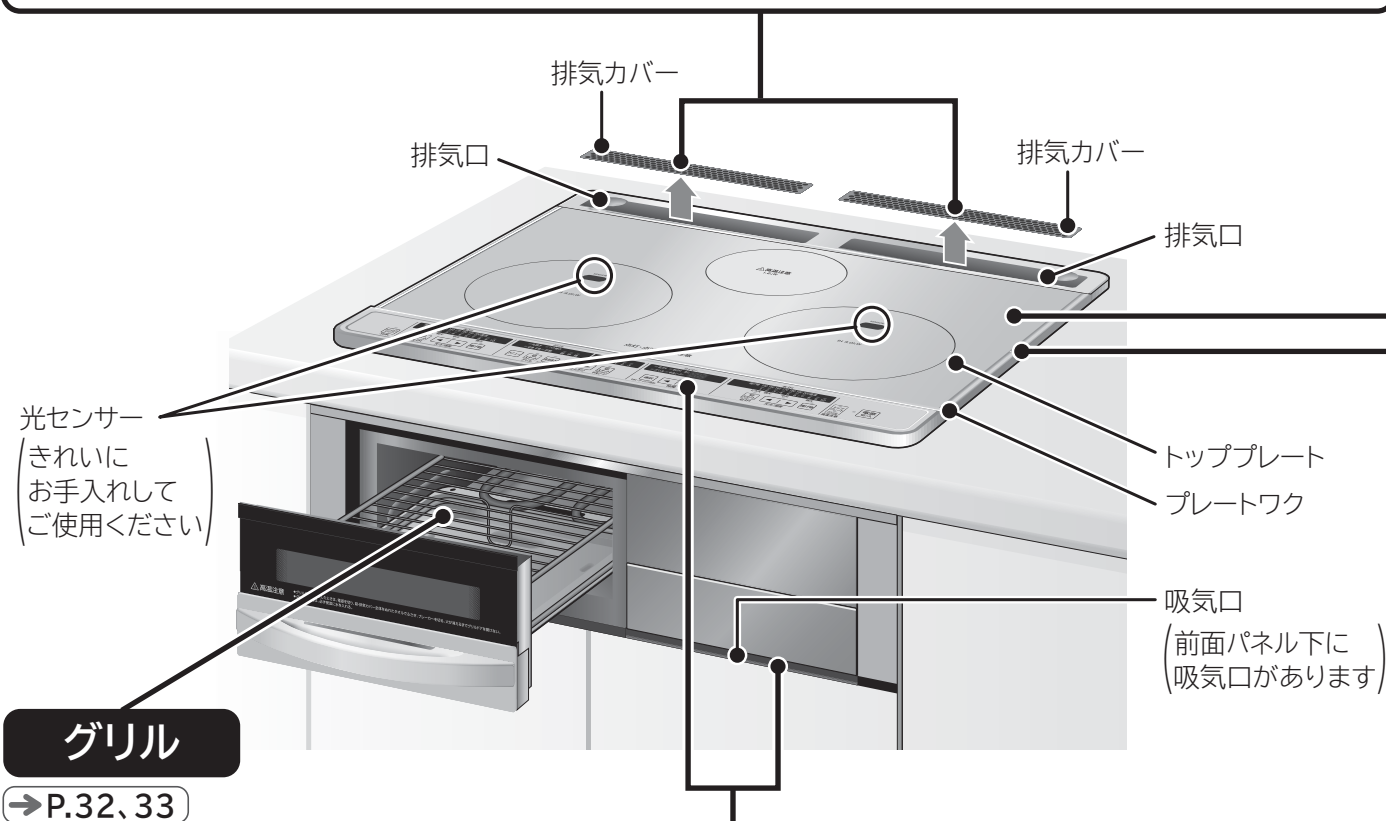
⚠注意 ●お手入れは、　電源を切り、本体が冷えてから行う

ご注意
●ご使用のたびにお手入れしてください。
●ベンジン、シンナー、粉末タイプのクレンザーは使用しないでください。
●吸気口・排気口に水が入らないよう、ご注意ください。

排気カバー

薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗う。
たわしやクレンザーは使わないでください。
排気カバーの下の油汚れもお手入れしてください。

ご注意
●排気カバーは、食器洗い乾燥機に入れたりアルカリ性の洗剤を使ったりしないでください。
●汚れて目詰まりしたまま使わないでください。安全装置が作動して通電を停止したり、グリル使用中にグリルドアから煙が漏れたりする場合があります。
●お手入れ後は、水分をよくふき取り、本体に必ずセットしてください。
●排気カバーは強くこすらないでください。表面を傷つけたり変形する場合があります。
●排気口へ水などをこぼした場合は、底面から排出されますので、本体底面とキャビネット内をふき取ってください。

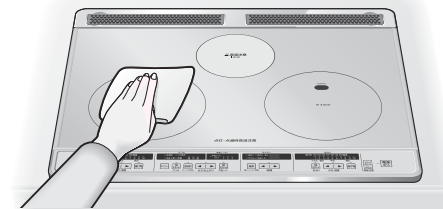
➔P.32、33

上面操作パネル・吸気口

やわらかい布でふき取る。
汚れがひどいときは、台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

ご注意
●水にぬらさないでください。
故障の原因になります。
●ベンジン・シンナー・漂白剤・アルカリ性洗剤は使わない。
●たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）でこすらないでください。

トッププレート・プレートワク（ステンレス製）・光センサー

●**軽い汚れ**
絞ったふきんでふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

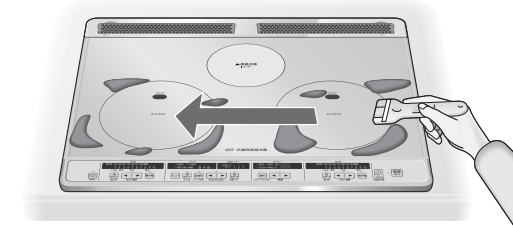
●**油汚れ**
台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、水を絞ったふきんで洗剤を除去した後、乾いたふきんでからぶきする。

ご注意
酸性・アルカリ性の強い洗剤（漂白剤、住宅用合成洗剤など）や、お酢を使って清掃しないでください。付着した場合はすぐにふき取ってください。（液剤や洗剤が残ると、表面が変色したりトッププレートとプレートワクの接合部分が劣化し、はがれの原因になります）

○

×

●**落ちにくい汚れ**
クリームタイプのクレンザーを丸めたラップにつけてこすりとる。

ご注意
●ドライバーやフォークなど先の鋭いものや粉末タイプのクレンザーは使わないでください。
●たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）、アルミホイルなどでこすらないでください。（トッププレート・プレートワクが傷つく原因になります）

●**それでも落ちないときは**
市販のセラミック用スクレーパーなどで煮こぼれの部分だけを軽く削り落とし、その後よくふき取る。
トッププレートとプレートワクの合わせ目を、ドライバーやフォークなど先の鋭いものでこすらないようにしてください。合わせ目にすき間ができ、水もれなどの原因になります。

別売品　2012年4月現在
トッププレート用クリーナー
●トッププレートの汚れを落とし、光沢を出し、ふきこぼれによる汚れや焦げつきを抑えます。
部品名：ガラスクリーナー（HT−K1）
部品番号：HT−D8　009
希望小売価格：1,470円（税抜1,400円）

※日立の家電品取扱店にご相談ください。
希望小売価格は価格改定に伴い変更する場合があります。

ご注意
●しょうゆなどの調味料を放置すると、汚れあとが残ることがあります。
●鍋底の汚れがトッププレートにつく場合があります。鍋底の汚れも取り除いてください。
●光センサーが汚れていると、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。汚れを取り除いてください。
●トッププレートにひびが入ったり、割れたり、トッププレートとプレートワクのすき間が大きくなった場合は、電源と専用ブレーカーを切って使用を中止し、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」（➔P.51）にご相談ください。

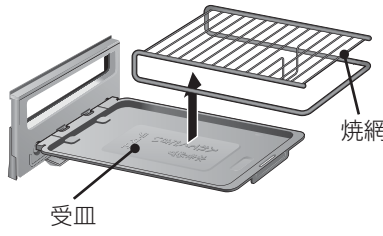
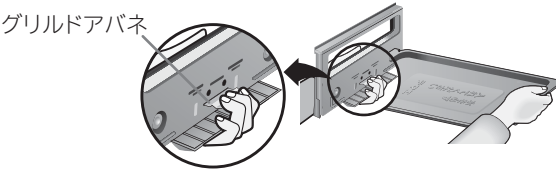
お手入れ（つづき）

⚠注意 ●お手入れは、電源を切り、本体が冷えてから行う

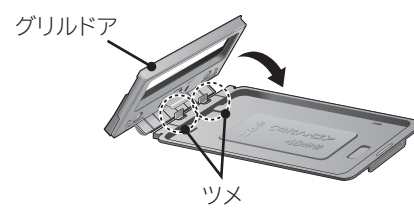
グリルドア・受皿・焼網の取りはずしかた

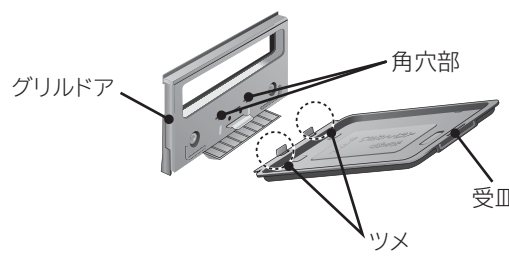
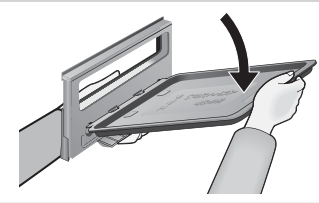
1 取っ手を両手でしっかり持ち、ゆっくり止まるまで引き出し、手前を少し上に持ち上げながらはずす

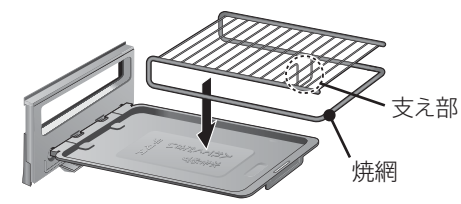
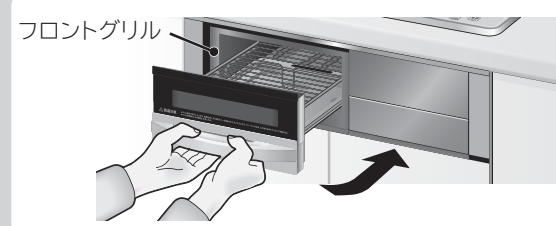
受皿内の脂などをこぼさないように注意してください。

2 焼網をはずす

3 取っ手の下側に手をまわし、グリルドアバネを軽く引き下げる

ご注意

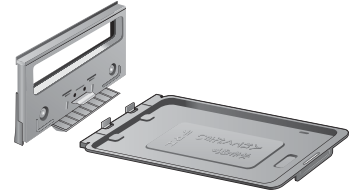
グリルドアバネを引き下げずにグリルドアを押し倒してはずさないでください。
グリルドアが破損したり変形することがあります。

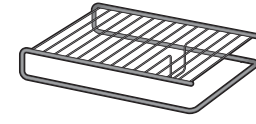
4 グリルドアを受皿側へ倒すようにし、左右2個のツメをはずす

グリルドア・受皿・焼網の取り付けかた

1 受皿を斜めにし左右2個のツメをグリルドアの角穴部に下より差し込む

2 グリルドアを手で支え、受皿を図のように下げる
※カチッと音がして受皿が固定されます。

3 焼網を載せる

焼網は、支え部をグリルの奥側にして載せてください。
※載せる向きを逆にすると、ヒーターに当たってドアが閉まりません

4 斜め上からはめ込み、ロックするまでゆっくり押す

グリルドア・受皿のお手入れ

薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗う。

ご注意
- ●たわし・クレンザーは使用しないでください。（表面を傷つけます）
- ●グリルドアは、食器洗い乾燥機や食器乾燥器には入れないでください。（樹脂部が変形します）
- ●グリルドア（強化ガラス）に傷がついた場合は、日立の家電品取扱店でお買い求めください。➔ P.4

焼網のお手入れ

薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗う。

ご注意
- ●たわし・クレンザーは使用しないでください。（表面を傷つけます）
- ●スポンジのナイロン面（硬い面）でこすらないでください。
（表面処理に傷がついたりはがれたりすることがあります）
- ●食器洗い乾燥機に入れたり、アルカリ性の洗剤を使ったりしないでください。
- ●ご使用のたびにお手入れしてください。汚れがこびりつくと調理物が取りにくくなることがあります。
- ●焼網は消耗品です。表面処理が傷んだ場合は、お買い上げの販売店でお買い求めください。➔ P.4

グリル庫内のお手入れ

5～6回使用のたびに庫内クリーニングをご使用ください。グリル庫内の油汚れを乾燥させ、においを軽減することができます。
グリル庫内の油汚れを乾燥させないと腐食の原因にもなります。

ご注意
- ●においを軽減しますが、汚れは除去できません。
- ●クリーニング中は、グリル庫内の油を焼き切るため煙が出る場合があります。必ずレンジフードファンを使用してください。
- ●グリル庫内に落ちた食品カスなどは、グリル庫内が冷えてから手袋などをして取り除いてください。また、手が届かない庫内部分は、割りばしなどに布を巻きふき取ってください。
- ●グリル庫内は金属部が数多くありますので、やけどやけがに十分注意してください。

準備 焼網をはずし、グリルドアを確実に閉める

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

2 追加焼き（クリーニング3秒押し）を3秒間押し、タイマー表示部に「CL」を表示させる

- ●クリーニング中はタイマー表示部に CL を表示します。
- ●約11分で終了します。
- ●途中で中止したいときは 切 スタート（グリル）を押します。

3 切 スタート（グリル）を押し、通電する
●メロディーが鳴ったら終了です。

- ●グリル庫内の温度が約60℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
- ●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

4 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、電源を切る
（ランプが消灯します）

お手入れ

お困りのときは

修理を依頼される前に次の点をもう一度お調べください。

	現　象	原　因
電源について	通電しない	●専用ブレーカーが切れていませんか。 専用ブレーカーを入れてください。 ●電源が切れていませんか。（電源ランプが消えている） 電源を入れてください。 ・電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押してください。 ・電源ランプが点灯します。 電源を「入」の状態で約10分（または約5分・約30分）放置するとオートパワーオフ機能が働き、自動的に電源が切れます。オートパワーオフの時間の切り替えについては、お買い上げの販売店にご相談ください。➔P.50 ●チャイルドロックが設定されていませんか。 チャイルドロックを解除してください。➔P.28 ●中央ヒーターロックが設定されていませんか。 中央ヒーターロックを解除してください。➔P.28 ●左・右IHヒーターで使える鍋を使用していますか。 （使える鍋について ➔P.10） ●総消費電力を超えていませんか。➔P.12
電源について	使用途中にヒーターまたはグリルの通電が停止した（切り忘れ防止自動停止機能）	●切り忘れ防止自動停止機能が働いています。 各ヒーターやグリルに一定時間経過すると自動的に通電を停止する切り忘れ防止自動停止機能が設けられています。 ・左・右・中央ヒーターは操作後約45分 ・グリルの調理メニュー「手動」は通電後約30分 切り忘れ防止自動停止機能が働いた時はブザーでお知らせします。 再度、通電をスタートしてください。
電源について	左・右IHヒーターの通電が停止した	●トッププレートの光センサーが汚れていたり、水などでぬれていたり、鍋底がぬれていたりするときなど、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。 汚れを取り除き、水などをふき取ってください。➔P.31
電源について	表示部の火力表示ランプが交互に点灯し、約30秒後に消灯した（金属小物検知自動停止機能、鍋無し自動停止機能）	●鍋が左・右IHヒーターから大きくずれていませんか。 中央に置いてください。➔P.13 ●使えない鍋を置いていませんか。 使える鍋を置いてください。（使える鍋について ➔P.10） 揚げ物 140 150 160 170 180 190 200適温 / 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 / とろ火 弱火 中火 強火 交互に点灯 揚げ物 140 150 160 170 180 190 200適温 / 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 / とろ火 弱火 中火 強火 約30秒後、ブザーが鳴り、表示が消え、通電を停止します。
電源について	使用途中に停電になった	●通電中のヒーターやグリルは停止し、タイマーも取り消されます。 ●電源を入れ、もう一度初めから操作を行ってください。 ・電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押してください。 ・電源ランプが点灯します。 ⚠警告　トッププレートやグリルドアおよび庫内など高温部に触れない

	現　象	原　因
音について	電源を入・切するときや使用中に、「カチャ」と音がする	●電源を入・切するときや使用中に、内部電気部品のスイッチの動作音がします。 ●手動火力「1」とろ火（100W相当）はヒーターを入・切しますので、入・切音がします。
音について	電源を切っても音がする	●電源を「切」にした場合でも継続して冷却ファンが回りますが、異常ではありません。本体内部の回路を保護するために、キー操作後冷却ファンが最大約10分間動作します。 自動的に冷却ファンは止まります。
音について	使用中にファンの音がしたり、止まることがある	●本体内部を冷やすために冷却ファンが回転するため、ファンの風切り音がします。 ●手動火力「1」とろ火（100W相当）の場合、ファンの回転を入・切しますので、止まる場合があります。
音について	左・右IHヒーター使用中に鍋から音がする	●鍋底が薄い鍋や多層鍋、ホーローの密着が良くない鉄ホーロー鍋など鍋の種類によっては音（ジー音、カチカチ音）や共鳴音（キーン音、キューン音）が発生することがあります。また鍋の取っ手に振動を感じることがあります。 これは磁力線により鍋自体が振動するためで、異常ではありません。 ・気になる場合は、火力を下げたり、鍋の位置をずらしたり、置き直したりすると音が止まることがあります。 ・左・右IHヒーターを同時に使用した場合、鍋の種類によっては調理中に共鳴音「キーン」や「キューン」という音がしますが、これも磁力線により鍋が振動するためで異常ではありません。
火力について	鍋底の直径が小さかったり、鍋底が反っている鍋は火力が弱くなることがある	●ホーロー・ステンレス製の鍋については鍋底の直径が左・右IHヒーターの場合は12～26cmのもので、鍋底の反りが3mm未満のものをご使用ください。（使える鍋について ➔P.10）
火力について	左・右IHヒーターで火力が違う	●同じ鍋でも、左・右IHヒーターで火力が異なる場合があります。 また小さい鍋では、通電できる場合とできない場合があります。➔P.13
火力について	いため物などを行うと左・右IHヒーターの火力が弱くなることがある	●いため物などを行うと、鍋底温度が上がり、自動的に火力をコントロールする場合があります。温度が下がると自動的に火力が強くなるので、そのままご使用ください。
火力について	左・右IHヒーターでの調理に時間がかかる調理のでき上がりが遅い	●鍋底に異物が付着していたり、トッププレートが汚れていませんか。 鍋やトッププレートのお手入れをしてご使用ください。 ●使える鍋を使用していますか。 使える鍋を使用してください。（使える鍋について ➔P.10） ●鍋の種類によっては「強火」で使用すると自動的に火力をコントロールする場合があります。
火力について	中央ヒーターが周期的に赤くなったり、消えたりする（ラジエントヒーター）	●中央ヒーターは、火力のコントロールや温度調節機能が働くため、ヒーターが赤くなったり、消えたりします。（火力「3」の場合でも温度調節機能が働きヒーターが赤くなったり、消えたりします） ●反った鍋などを使うと消えている時間が長くなります。
火力について	火力が上がらない	●設定の総消費電力以上は火力が上げられません。

お困りのときは（つづき）

修理を依頼される前に次の点をもう一度お調べください。

	現象	原因
グリルについて	グリルで調理中、グリル庫内で瞬間的に炎ができたり、排気口から煙が出る	●魚の脂などがヒーターの上に直接落ちると、瞬間的に炎や煙が出ることがあります。異常ではありません。 ●魚の脂などが受皿に落ちると、瞬間的に煙が出ることがあります。異常ではありません。 ●調理を始めてしばらくの間、前回の調理でヒーターについた脂が加熱されて、においや煙が出ることがあります。異常ではありません。
結露について	グリルの排気口から出た水蒸気が壁面に結露することがある	●調理時に排気口から出る水蒸気などが壁面につき水滴になることがありますので、ふきんなどでふき取ってください。
結露について	光センサーが結露することがある	●吸気口から直接蒸気を吸い込むと結露することがありますが、しばらくすると元に戻ります。
トッププレートについて	トッププレート（中央ヒーター部）の色が変わる	●中央ヒーターの絶縁材に含まれた湿気が通電により蒸発し、トッププレート内側に結露した状態が透けて色が変わって見える場合があります。異常ではありません。 ・通電を続ければ、結露した水分も蒸発します。 ●中央ヒーターを使用すると、ガラスの特性により、わずかに黄色っぽく見える場合があります。異常ではありません。 ・温度が下がれば、元に戻ります。
「揚げ物」について	予熱時間が長い 油温がずれる 通電が停止する	●指定の鍋を使用していますか。（➔P.10） ●800gを超える量の油を入れていませんか。 ●熱い油・汚れた油を使っていませんか。 ●鍋底が反っていたり、変形した鍋を使用していませんか。 （鍋を交換する（➔P.10）） （鍋底の反りは3mm未満のものをご使用ください） ●鍋底やトッププレートに異物や汚れが付着していませんか。 （お手入れをする（➔P.30、31）） ●予熱中に油を注ぎ足していませんか。 （「揚げ物」の設定をし直す（➔P.17）） ●市販の汚れ防止シート（電磁調理器カバー）を使用していませんか。 （使用しないでください（➔P.7）） ●調理後は、本体内部が高温のため鍋の温度が正しく検知できない場合があります。 十分に本体の温度を下げてからご使用ください。
「揚げ物」について	油煙が出る	●油の種類によって、油煙が出る温度が異なります。（油の説明書を確認してください） ●再使用油は油煙が出やすくなります。

上面操作パネルに次の表示が出たとき

下記の表示が出たときは故障ではありません。「直しかた」を確認し、表示を消してから再度操作を行ってください。

お知らせ表示のしかた（ 3桁の場合）

あと C ⇔ 交互に表示 ⇔ あと 11

表示とお知らせ内容	原因	直しかた
C11 C21 左・右IHヒーター使用時、切/スタート のランプが点滅する	●空だきになっています。 ●いため物の調理を行うと表示する場合があります。 ●鍋が高温（油が高温）になっています。（鍋が反っています）	●鍋に調理物を入れてください。 ●火力を下げてご使用ください。 ●鍋の反りを確認してください。
C12 C22 「揚げ物」を使用時、切/スタートのランプが点滅する	●鍋の底に約3mm以上の反りがあったり変形しています。 ●鍋の底やトッププレートに異物や汚れが付着しています。	●反りや変形がある場合は新しい鍋をご購入ください。（➔P.10） ●異物や汚れの場合はお手入れをしてご使用ください。
C13 C23 「揚げ物」を使用時、切/スタートのランプが点滅する	●鍋が光センサーの上に置かれていません。 ●光センサーの上に置かれていても、左・右IHヒーターの中央から大きくずれています。 ●鍋底に反りがあったり、変形しています。 ●市販の汚れ防止シートを使用しています。	●鍋を左・右IHヒーターの中央に置いてください。 ●鍋底に反りや変形がある場合は、鍋を交換してください。 ●市販の汚れ防止シートは使用しないでください。
C15 C25 左・右IHヒーター使用時、切/スタート のランプが点滅する	●鍋が光センサーの上に置かれていません。 ●光センサーの上に置かれていても、左・右IHヒーターの中央から大きくずれています。	●鍋を左・右IHヒーターの中央に置いてください。
H15 H25 左・右IHヒーター使用時、切/スタート のランプが点滅する	●吸気口や排気カバーにほこりがたまっています。 ●吸気口や排気カバーがふさがれています。	●ほこりをふきとってください。（➔P.30） ●ふさがないでください。
H17 H27 左・右IHヒーター使用時、切/スタート のランプが点滅する	●鍋の種類が違っています。	●鍋の種類を確認してください。（➔P.10）
C1 C3 グリル使用時、切/スタート のランプが点滅する	●受皿に水が入っていません。 ●通電したまま連続して魚などを焼いた場合。	●受皿に水を入れてください。 ●一度通電を切り、グリル庫内の温度を下げてから、次の調理物を入れてください。

表示を消したいときは

C11、C12、C13、C15、H15、H17 の表示が出たときは左IHヒーターの 切/スタート を押す。

C21、C22、C23、C25、H25、H27 の表示が出たときは右IHヒーターの 切/スタート を押す。

C1、C3 の表示が出たときはグリルの 切/スタート を押す。

「直しかた」に従って再度操作しても同じ表示が出たり、上記以外の表示や下記の表示が出たときは故障の可能性があります。お買い上げの販売店または「ご相談窓口」（➔P.51）にご連絡ください。

表示とお知らせ内容	原因
C61 が表示	●電源電圧が異常に高い場合や低い場合。
H11 などのH＊＊表示	●部品の故障が生じた場合。

●お買い上げの販売店または「ご相談窓口」（➔P.51）にご連絡ください。

料 理 集

お知らせ
- 火力は目安です。火力は鍋の種類・形状・材質や調理物の量などで異なる場合があります。様子をみて調節してください。
- フライパンなどを予熱する場合は、高温になりすぎないように注意してください。（フライパンが変形したり、油が発煙・発火することがあります）

左・右IHヒーターでの調理例

グリルでの調理例

標準計量カップ・スプーンでの食品の質量表（単位g）

計量 / 食品名	小さじ(5mL)	大さじ(15mL)	カップ(200mL)	計量 / 食品名	小さじ(5mL)	大さじ(15mL)	カップ(200mL)
水・酒・牛乳	5g	15g	200g	トマトケチャップ	5g	15g	230g
しょうゆ・みりん・みそ	6g	18g	230g	油・バター・ラード	4g	12g	180g
食塩	6g	18g	240g	片栗粉・砂糖（上白糖）	3g	9g	130g
小麦粉（薄力粉・強力粉）	3g	9g	110g	だし汁	5g	15g	200g

この取扱説明書・料理集で使用している計量カップ・スプーンでの食品の質量（重量）は表のとおりです。　（1mL=1cc）

左・右IHヒーターでの調理例

スパゲティ（ミートソース）

材料（2人分）

スパゲティ（乾麺）……… 200g
塩 ……… 大さじ 2
牛ひき肉 ……… 150g
トマトソース ……… ½缶（約150g）
オリーブ油 ……… 大さじ 1弱
にんにく（みじん切り）……… ½片
Ⓐ 赤ワインまたはスープ …… 大さじ 2
Ⓐ 塩 ……… 小さじ ¼
Ⓐ 砂糖 ……… 小さじ ¼
Ⓐ こしょう ……… 少々
パセリ ……… 少々

作りかた

❶鍋をIHヒーターの中央に置き、オリーブ油とにんにくを入れ、香りが出るまで**「中火」**でいためる。
❷❶に牛ひき肉を加えていため、トマトソースを加えⒶで味付けし、煮立ったら**「弱火」〜「中火」**にして8〜10分煮つめる。
❸大きめの鍋にたっぷりの水（3〜4L）を、**「強火」**で沸とうさせ、塩（水量に対して1%が目安）を加える。
❹スパゲティを入れ、ときどきかき混ぜながらふきこぼれないように**「弱火」〜「中火」**でゆでる。指でつまんでちぎってみて、芯が少し残っているくらいまでゆでる。
❺ゆで上がったら手早くざるに上げ、水気をきって器に盛り、❷をかけパセリを散らす。

☆スパゲティは、シコシコした歯ざわりが大切。たっぷりの湯を使い、ゆで上げ時間を守ることがポイントです。
☆トマトソースをベースにして、お好みの具を使います。
☆火力の調節は、鍋や水量により異なります。調理の状況に合わせて調節してください。

ゆでる　メニュー例

メニュー	沸とうまで	火力調節の目安
めん類（うどん、そば、そうめん）	「強火」	「中火」…めんを入れてゆでる　2〜10分（めんにより調節）
葉　菜	「強火」	「強火」…茎から入れる　2〜3分
ゆで豚（400g）	「強火」	「弱火」　30〜40分
根　菜	「強火」（材料は水から入れる）	「中火」…やわらかくなるまでゆでる

ポークカレー

材料（4人分）

豚肉（2cm角切り）……250g
塩、こしょう……各少々
にんじん（乱切り）……中1本
玉ねぎ（くし形切り）……中2個
じゃがいも（乱切り）……中2個
カレールー……1箱（約120g）
水……600～800mL
サラダ油……大さじ 2

作りかた

❶豚肉は、塩、こしょうをする。
❷鍋をIHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れてから**「中火」**にする。
❸❷に豚肉を入れていため、次ににんじん、玉ねぎ、じゃがいもを加えていためる。
❹水を加えて**「強火」**にし、沸とうしたら**「中火」～「弱火」**にして20～30分煮込む。
❺カレールーを加えてかき混ぜ、ふたたび沸とうしたら途中かき混ぜながら**「弱火」**で10～15分煮込む。

☆じゃがいもは煮くずれしやすいので、大きめの乱切りにするか、途中から加えるようにするとよいでしょう。
☆水は少なめの分量から加熱を始めて、途中でとろみ具合を見ながら加えてください。
☆いためるときに、フライパンを使うとラクにいためられます。

煮る

メニュー	沸とうまで	火力調節の目安	
煮　魚	「強火」	「弱火」…魚を入れて煮る	10～15分
肉じゃが、おでん、ポトフ	「強火」	「弱火」～「中火」	30～90分
煮　豆	「強火」	「とろ火」～「弱火」	2～5時間

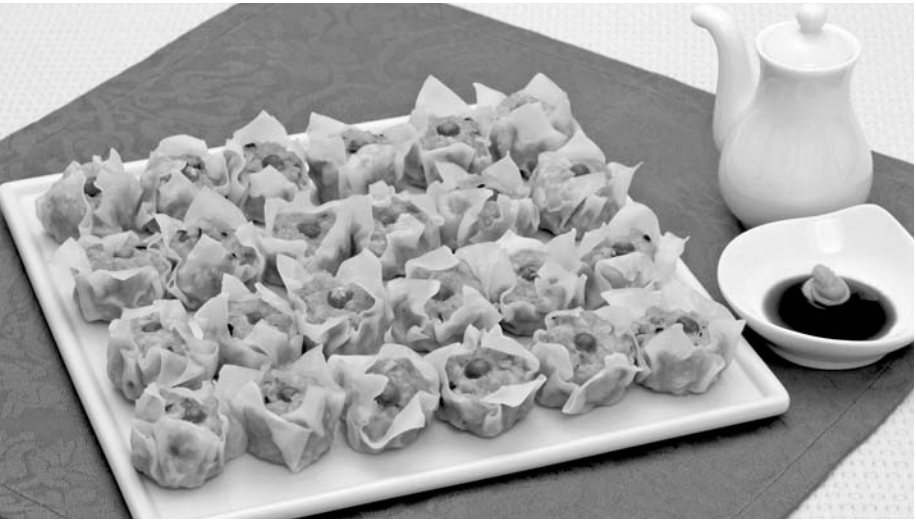
●長時間の煮込みには、タイマーが便利です。（➔P.27）
（タイマーを使用しない場合、「切り忘れ防止自動停止機能」が働いて途中で切れることがあります➔P.12）

茶わん蒸し

材料（4人分）

卵……3個（約150mL）
だし汁……カップ2½
Ⓐ しょうゆ、塩……各小さじ1弱
　みりん……小さじ1
Ⓑ 鶏肉（そぎ切り）……60g
　かまぼこ（薄切り）……8枚
　生しいたけ（そぎ切り）…2枚（8切れ）
　ぎんなん（ゆでたもの）……8個
三つ葉……適量

作りかた

❶卵はときほぐし、だし汁に調味料Ⓐを加えてさましたものを混ぜ、裏ごしする。
❷器に彩りよくⒷを盛り、❶を静かにそそぎ入れ、ふたをする。
❸大きめの鍋に水カップ3を入れ、IHヒーターの中央に置き、器を並べてふたをし、**「強火」**にする。
❹沸とうしてきたら**「弱火」**にして15～20分蒸す。
❺蒸し上がったら三つ葉をのせる。

シュウマイ

材料（24個）

むきえび……150g
豚ひき肉……150g
玉ねぎ……½個
片栗粉……大さじ 5
干ししいたけ（もどしてみじん切り）……3枚
シュウマイの皮……24枚
グリーンピース……24個
からしじょうゆ……適量
Ⓐ 砂糖、しょうゆ、ごま油…各小さじ 1
　塩……小さじ ½
　酒……大さじ 1
　こしょう……少々

作りかた

❶えびは背わたを取り、細かくたたく。玉ねぎはみじん切りにして、片栗粉（大さじ3）をまぶしておく。
❷ボウルに❶、豚ひき肉、しいたけを入れ、Ⓐを加えてねばりが出るまでよく混ぜ、残りの片栗粉（大さじ2）を加え、さらによくかき混ぜて24等分する。
❸シュウマイの皮でそれぞれを包み、グリーンピースをのせる。
❹蒸し器の中敷にサラダ油をぬり、シュウマイを間隔をあけて並べる。（無理に全部を入れないで、2回に分ける）
❺蒸し器の下鍋に水を5～6分目入れ、ふたをしてIHヒーターの中央に置き、**「強火」**にする。
❻沸とうしたら上鍋を載せてふたをし、**「中火」**で10～12分蒸す。
器にとり、からしじょうゆを添える。

☆作りかた④で中敷きに、丸型に切ったオーブンシート（中央に切り込みを入れる）を敷くと、取り出しがラクです。

蒸す

メニュー例

メニュー	沸とうまで	火力調節の目安	
中華まんじゅう	「強火」	「中火」	10～15分
蒸しいも	「強火」（材料は水から入れる）	「中火」…やわらかくなるまで蒸す	

空芯菜とにんにくのいため物

材料（2人分）

空芯菜 …………………………… 150g
サラダ油 ………………………… 大さじ 2
Ⓐ たかのツメ（輪切り）…………… 1本
　 にんにく（薄切り）……………… 1片
Ⓑ 酒 ……………………………… 大さじ 1
　 塩、こしょう ………………… 各少々

作りかた

❶空芯菜をさっと水洗いし、葉と茎に分け、それぞれ4〜5cmの長さに切る。
❷フライパンをIHヒーターの中央に置き、サラダ油とⒶを入れて**「中火」〜「強火」**にする。
❸フライパンが加熱されたら❶の茎を入れて**「強火」**でいため、色がかわったら❶の葉を入れ手早くいため、Ⓑで味を整える。

五目チャーハン

材料（2人分）

ごはん ………………………………… 400g
焼き豚（1cmの角切り）……………… 50g
生しいたけ（1cmの角切り）………… 2枚
ねぎ（あらみじん切り）………………… ½本
グリーンピース（缶詰）………… 大さじ 1
むきえび …………………………… 50g
酒 ……………………………… 小さじ ½
卵 …………………………………… 1個
塩 …………………………………… 少々
サラダ油 …………………………… 適量
ラード ………………………… 大さじ 2
Ⓐ 塩 ………………………… 小さじ ⅓
　 こしょう ……………………… 少々
　 しょうゆ ……………… 大さじ ½

☆ごはんは、あまり熱いうちにいためると粘りが出て、パラッと仕上がらないので、ざるなどに広げて軽く蒸気をとばしておきます。
☆無理に一度に作らないで、2回に分けていためるとラクに作れます。
☆フッ素加工のフライパンでいためると焦げ付きが少なくできます。

作りかた

❶むきえびは背わたを取り酒をふる。卵は割りほぐして塩を混ぜる。
❷フライパンをIHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて**「中火」〜「強火」**にする。
❸フライパンが加熱されたら、卵を入れて手早くかき混ぜながらふんわりとしたいり卵を作り、取り出す。
❹フライパンにラード½量を入れ、**「中火」〜「強火」**で熱し、むきえびをさっといためて取り出し、残りのラードを入れて、ねぎ、生しいたけ、焼き豚の順にいためて取り出す。
❺フライパンにサラダ油を入れて**「中火」**で熱し、ごはんをほぐしながらいため、❸・❹を加えてさらにいため、最後にⒶで味を整えグリーンピースを散らす。

いためる

メニュー例

メニュー	予熱	火力調節の目安
焼きそば 野菜いため	「中火」〜「強火」	「中火」〜「強火」…様子を見ながらいためる
ホワイトソース	「弱火」	「弱火」…バターを溶かし、小麦粉をいためる 牛乳を少しずつ入れよく混ぜる

ビーフステーキ

材料（2人分）

牛ステーキ肉（1枚約180gのもの）……… 2枚
塩、こしょう …………………………… 各適量
サラダ油 ……………………………… 適量
にんにくのスライス ………………… 1片

作りかた

❶牛ステーキ肉は筋を切り、軽く塩、こしょうを両面にふっておく。
❷フライパンをIHヒーターの中央に置き、サラダ油とにんにくを入れて、**「中火」〜「強火」**にする。
❸にんにくが色づいてきたら取り出し、牛ステーキ肉を並べて焼き上げる。（ミディアムの場合、片面約30秒〜1分程度）

☆焼き時間は目安です。肉の種類や厚みによっても違うので、お好みに応じて焼き時間を調節してください。
☆お好みによりブランデーやシェリー酒・赤ワインなど大さじ1をふりかけ、アルコールをとばしてから盛りつけると、一味違ったステーキが味わえます。

オムレツ

材料（1人分）

卵 ……………………………………… 2個
Ⓐ 牛乳 ………………………… 大さじ 1
　 塩、こしょう ………………… 各少々
サラダ油 ……………………………… 適量
バター ………………………… 大さじ 1

うす焼きたまごやクレープなどを作るときは

☆フライパンは最初から「弱火」〜「中火」で熱してください。
☆サラダ油を多めに入れてフライパン全体になじませて、余分な油をふきとってください。
☆卵液を入れるタイミングは卵液を箸の先につけてフライパンに落として、ジュッと固まるようになるくらいが目安です。
☆フライパンは厚手のもので、表面にフッ素加工してあるものが使いやすいです。

作りかた

❶ボウルに卵を割りほぐし、Ⓐを入れて混ぜ合わせる。
❷フライパンをIHヒーターの中央に置き、多めのサラダ油を入れ、**「中火」**で軽く熱する。
❸一度油をきり、バターを入れ、**「中火」〜「強火」**にして溶かし、全体に広げ、卵を一気に流し込み、円を描くように全体を大きく混ぜる。
❹半熟状態になって、フライパンの底にくっつかなくなれば、フライパンの手前を持ち上げて傾け、卵を手前にたたみ込み、木の葉形に整える。

焼く

メニュー例

メニュー	予熱	火力調節の目安
ハンバーグ	「中火」	「中火」…片面に焼き色をつける　「弱火」…裏返してふたをし、中まで火を通す
焼きぎょうざ	「中火」	「中火」…皮に焼き色をつける　「中火」…水を入れてふたをし、蒸し焼きにする
目玉焼き	「弱火」〜「中火」	「弱火」〜「中火」…途中、水を入れてふたをし、様子を見ながら焼く
焼きもち（フライパンで焼く）	「弱火」〜「中火」	「弱火」〜「中火」…様子を見ながら焼く

天ぷら

材料（4人分）

揚げ油 ····· 800g（約880mL）
えび ······························ 4尾
なす ······························ 2個
しそ ······························ 4枚
生しいたけ ······················ 4枚
三つ葉 ·························· 適量
小麦粉（薄力粉）················ 適量
卵 ·································· 1個
冷水 ······························ 適量

作りかた

❶材料は揚げやすいように準備しておく。
❷卵＋冷水は小麦粉と同量にし、さっくりと混ぜる。
❸鍋に油を入れ、**「揚げ物」**、温度**「180」**に設定し、適温ランプが点灯したら、❷をつけて、野菜、えびを揚げる。

☆設定油温は目安です。調理の状況に合わせて設定油温を調節してください。
☆衣はだまが残るくらいにさっくりと切るように混ぜ、粘りを出さないようにします。また小麦粉（薄力粉）の代わりに、市販の天ぷら粉を使うと手軽にできます。
☆油の表面積の1/2を目安に入れると、油の温度が下がらずカラッと揚がります。

鶏の唐揚げ

材料（4人分）

揚げ油 ······· 800g（約880mL）
鶏もも肉（1枚約250g）
······················· 2枚（500g）
Ⓐ しょうが汁 ········ 小さじ 1
Ⓐ 塩 ·················· 小さじ 2/3
Ⓐ しょうゆ、酒 ···· 各大さじ 1
片栗粉 ················ 大さじ 3〜4

作りかた

❶鶏肉は、1枚を6等分にしてⒶにつけ込み、15〜30分おく。
❷❶の汁気をきってから、片栗粉を全体にまぶす。
❸鍋に油を入れ、**「揚げ物」**、温度**「170」**に設定して、適温ランプが点灯したら、鶏もも肉を入れ、色づいてきたら裏返し、3〜4分かけて揚げる。

☆2〜3回に分けて揚げるとカラッと仕上がります。
☆全体がきつね色にかわり、浮いてきたら出来上がりです。

とんかつ

材料（4人分）

揚げ油 ····· 800g（約880mL）
豚ロース肉（約100g位の物）····4枚
塩 ································ 少々
こしょう ························ 少々
小麦粉（薄力粉）··············· 適量
卵（溶きほぐす）··············· 1個
パン粉 ·························· 適量

作りかた

❶豚肉は筋切りして、塩、こしょうをする。
❷豚肉に小麦粉をまぶして、余分な粉をはたいて、溶き卵、パン粉の順につける。
❸鍋に油を入れ、**「揚げ物」**、温度**「170」**に設定し、適温ランプが点灯したら、❷の2枚をそっと入れて色よく揚げる。

揚げ物のコツ

油の飛び散りを少なくするために

材料は必ず水気をふき取る

●特にしいたけやピーマンなどは、水気が残っていると破裂することがあります。

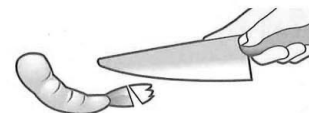
いかやゆで卵などは揚げすぎない

●長時間揚げると破裂することがあります。特に、けんさきいか、するめいかなどは注意してください。
●鍋の中に揚げ忘れがないか、常に確認をしてください。

衣や生地作りに注意

●天ぷらの衣は固すぎないように。
水分の多い材料には、必ず薄力粉を薄くまぶしてから衣をつけてください。
●ドーナツなどの生地には、ベーキングパウダーや砂糖を入れて揚げてください。
●冷凍食品を揚げる場合は、食品についた氷をよく落としてから入れてください。油が飛び跳ねたり、ふきこぼれたりする場合があります。

特に下ごしらえの必要な材料

えび

尾の先を切って水分を出す。

ししとう辛子

水気をふき取り、縦に切り込みを入れる。

いか

皮をむき水気をふき取り、切れ目を入れる。

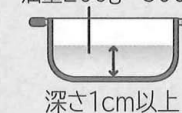
⚠警告

●火災・やけどの原因になります。

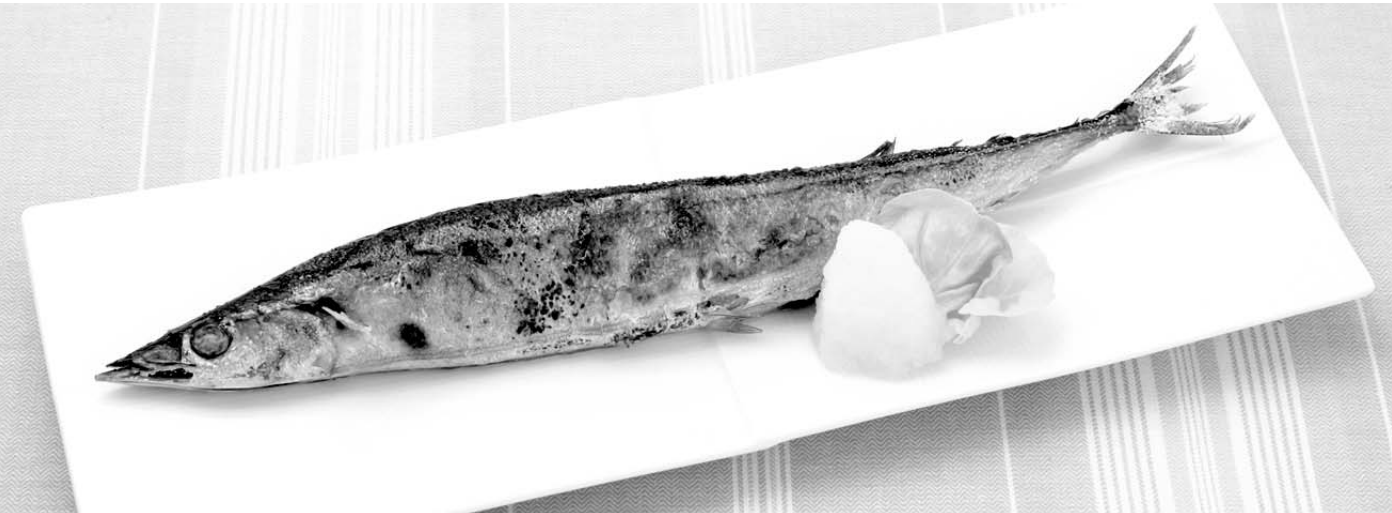
揚げ物調理は

●揚げ物調理の際、油は炎がなくても発火のおそれがあります

●揚げ物調理中はそばを離れない
●指定の鍋以外は絶対に使わない ➔P.10
指定の鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく働かないことがあり、火災の原因になります。
●フライパンは使わない
●油は200g（220mL）未満、また、深さ1cm未満では調理しない
油は200g（220mL）〜800g（880mL）の範囲で、鍋の深さや調理物に応じて調理してください。油量が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また油量が多過ぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。

●鍋底が変形したものは使わない
●鍋底やトッププレートに汚れがこびりついたまま使わない

●油煙が多く出たら電源を切る
●鍋はIHヒーターの中央に置く
●必ず「揚げ物」キーを使用する ➔P.16、17
手動によるお好みの火力では揚げ物調理をしないでください。油の温度を適正にコントロールできないため、油が過熱され発火するおそれがあり、火災の原因になります。

グリルでの調理例

グリルで調理する場合、受皿に水（200mL）を入れてください。

さんまの塩焼き

材料

さんま（1尾約180gのもの）………… 1～4尾
塩 ……………………………………… 適量

作りかた

❶さんまは、サッと洗って水気をふき取り、全体に塩をふる。
❷焼網の上に置き、調理メニュー**「丸焼き」**で焼き上げる。

☆水分が多い生魚（さんまやあじなど）は、調理する約10～20分前に塩をふっておくと、焼き色が付きやすくなります。
☆塩の量のめやすは、約180gのさんま4尾に対し、小さじ$1\frac{1}{3}$(約8g)くらいです。（魚の重さの1～2%）
☆焼きが足りないときは、「追加焼き」で様子を見ながら、さらに焼いてください。
☆さんまの他、あじ、いわし、にじます、あゆ、かます、小さめのたいも同様に焼けます。

塩ざけ

材料

塩ざけの切り身（1切れ約80gのもの）
……………………………… 1～4切れ

作りかた

❶塩ざけを焼網の上に置き、調理メニュー**「切身・干物」**で焼き上げる。

☆焼きが足りないときは、「追加焼き」で様子を見ながら、さらに焼いてください。
☆さけの他、ぶり、さば、あじ、たちうお、たいなどの切身に塩をしたものも同様に焼けます。

焼きとり（タレ焼き）

材料

焼きとり（市販品または手作りで1本約50g）
……………………………………… 2～8本

Ⓐ
- しょうゆ ………………… カップ$\frac{1}{2}$
- みりん …………………… カップ$\frac{1}{4}$
- 砂糖 ………………… 大さじ 2～3
- サラダ油 ………………… 大さじ 1

作りかた

❶たれ焼きの場合は、合わせたⒶの中に30分～1時間つけ込んでおく。
❷焼きとりの汁気をきってから焼網の上に置き、調理メニュー**「つけ焼き」**で焼き上げる。

☆焼きが足りないときは、「追加焼き」で様子を見ながら、さらに焼いてください。
☆塩焼きの場合は、全体に軽く塩をふってから焼き上げます。

ぶりのつけ焼き

材料

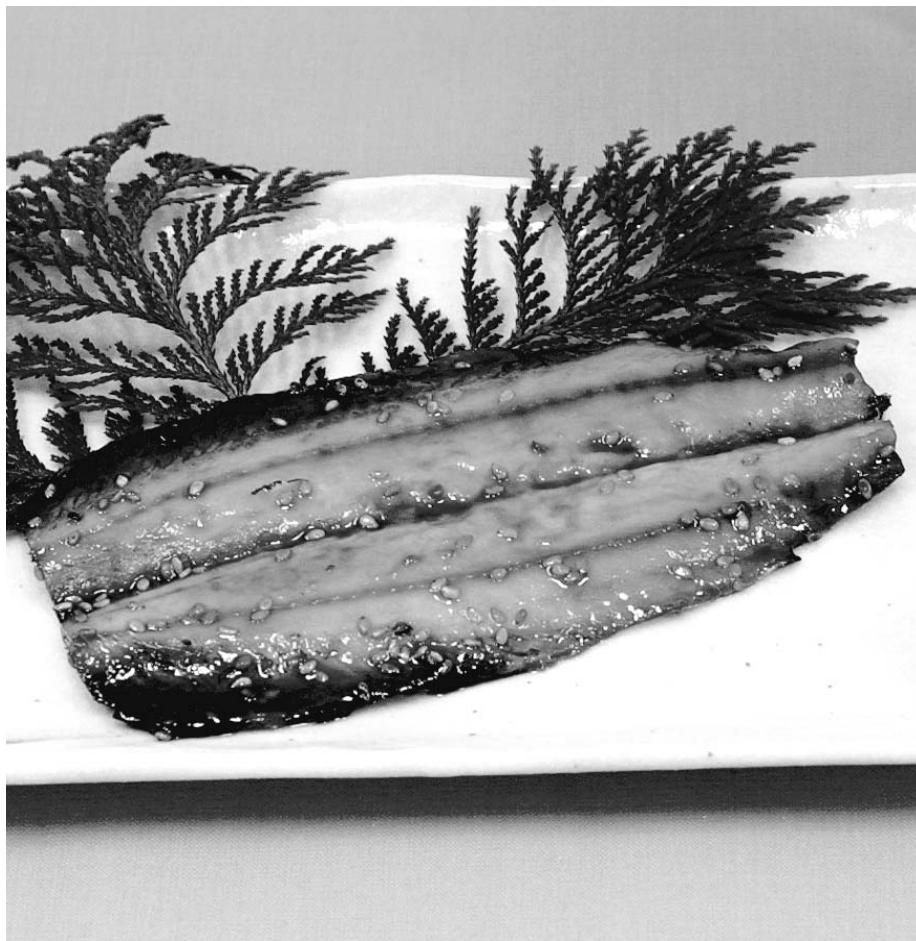
ぶり（1切れ約100gのもの）……… 1～4切れ

Ⓐ
- しょうゆ ……………… 大さじ3強
- みりん ………………… 大さじ3強

作りかた

❶ぶりは、合わせたⒶに30分ほどつけておく。
❷汁気をきってから焼網の上に置き、調理メニュー**「つけ焼き」**で焼き上げる。

☆焼きが足りないときは、「追加焼き」で様子を見ながら、さらに焼いてください。
☆ぶりの他、さわら、ぎんだら、さけ、さば、たい、まぐろも同様に焼けます。

グリルで調理する場合、受皿に水（200mL）を入れてください。

さんまのみりん干し

材料

さんまのみりん干し（生干し）………… 2枚
大根おろし ……………………………… 適量

作りかた

❶さんまのみりん干しを焼網の上に置き、調理メニュー**「手動」**、仕上がり**「強」**で6～10分焼く。

いかのみそ漬け焼き

材料

いかのみそ漬け ……………………… 1枚

作りかた

❶いかのみそ漬けを焼網の上に置き、調理メニュー**「手動」**、仕上がり**「強」**で15～17分焼く。

ひものいろいろ

材料

ひもの（100～120gのもの）………… 2～4枚

作りかた

❶ひものを焼網の上に置き、調理メニュー**「手動」**、仕上がり**「強」**で8～14分焼く。

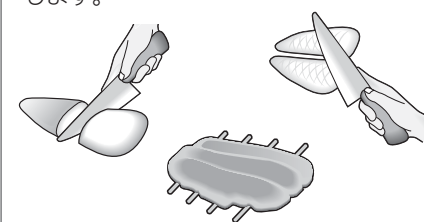
☆尾は、加熱中に反ってヒーターに付き、煙の出る原因になるので、あらかじめ切り取ってから焼くとよいでしょう。

こんな魚のときは

厚みのある魚は

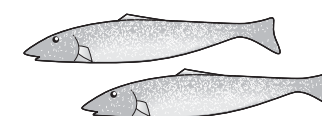
厚さは4cm以下にしてください。

加熱すると反るものは

いかなどは切目を入れ、大きなものは切り分けます。あなごなどは竹串を通します。

川魚は

塩を多めにふると焼きあがりがきれいになります。

料理集

仕様

この製品は、日本国内家庭用です。電源電圧や電源周波数の異なる海外では使用できません。
また、アフターサービスもできません。

型式		F6シリーズ
		HT-F60S／HT-F6S／HT-F6
電源		単相200V（50－60Hz共用）
消費電力		5.8kW（4.8kWに切り替え可能）
	左・右IHヒーター	3.0kW（100W相当～3.0kW 10段階火力調節）※
	中央ヒーター（ラジエントヒーター）	1.2kW（300W相当～1.2kW　3段階火力調節）
	グリル	調理メニュー 1.2kW （「手動」600W相当、900W相当、1.2kW 3段階火力調節）
	待機時消費電力	0.05W未満（電源「切」の状態）
コードの長さ		3芯キャブタイヤケーブル　0.7m
電源プラグ		250V－30A（接地極つき）
大きさ	本体	幅599 奥行560 高さ236〔mm〕
	グリル	幅240 奥行360 高さ124〔mm〕（有効高さ52〔mm〕）
質量（重さ）		約18.5kg

※消費電力は、鉄ホーロー鍋を使った場合です。

【総消費電力の切り替えについて】

本製品は、工場出荷時総消費電力を5.8kWに設定してありますが、4.8kWに切り替えることもできます。アンペアブレーカーの容量不足の場合などで、ご使用上不便があるときに選べます。詳細は、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

【オートパワーオフの時間の切り替えについて】

本製品は、工場出荷時約10分でオートパワーオフするように設定してありますが、約5分または約30分に切り替えることもできます。節電のため、さらに短い時間に設定したいときや、オートパワーオフするまでの時間が短いなどで、ご使用上不便があるときに選べます。詳細は、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

保証とアフターサービス

必ずお読みください

■保証書（別添）

保証書は、必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき、内容をよくお読みのあと、大切に保存してください。

●保証期間はお買い上げ日から1年です。
※ただし、消耗部品は保証期間内でも有料とさせていただきます。

■補修用性能部品の保有期間

当社はこの IH クッキングヒーターの補修用性能部品を、製造打ち切り後6年保有しています。

●補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

■ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談並びにご不明な点は、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」にお問い合わせください。

■修理料金の仕組み

修理料金＝技術料＋部品代＋出張料

技術料	診断、部品交換、調整、修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器などの設備費、一般管理費などが含まれます。
部品代	修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。
出張料	製品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。別途駐車料金をいただく場合があります。

■修理を依頼されるときは　出張修理

「お困りのときは」（➔P.34~37）に従って調べていただき、なお異常のあるときはご使用を中止し、専用ブレーカーを切り、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

●**保証期間中は**
修理に際しましては保証書をご提示ください。
保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。

【ご連絡していただきたい内容】

品名	日立 IH クッキングヒーター
型式	
お買い上げ日	年　月　日
故障の状況	できるだけ具体的に
ご住所	付近の目印等も併せてお知らせください
お名前	
電話番号	
訪問ご希望日	

●**保証期間が過ぎているときは**
修理すれば使用できる場合は、ご希望により修理させていただきます。

■ご転居されるときは

ご転居によりお買い上げの販売店のアフターサービスが受けられない場合は、前もって販売店にご相談ください。

「ご相談窓口」

（家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示）

日立家電品についてのご相談や修理はお買上げの販売店へ

なお、転居されたり、贈物でいただいたものの修理などで、ご不明な点は下記窓口にご相談ください。
※下記窓口の内容は、予告なく変更させていただく場合がございます。

修理に関するご相談は
エコーセンターへ
TEL 0120－3121－68
FAX 0120－3121－87
（受付時間）9:00～19:00（月～土）、9:00～17:30（日・祝日）
携帯電話、PHSからもご利用できます。

商品情報やお取り扱いについてのご相談は
お客様相談センターへ
TEL 0120－3121－11
FAX 0120－3121－34
（受付時間）9:00～17:30（月～土）、9:00～17:00（日・祝日）
年末年始は休ませていただきます。
携帯電話、PHSからもご利用できます。

- 「持込修理」および「部品購入」については、上記サービス窓口にて各地区のサービスセンターをご紹介させていただきます。
- お客様が弊社にお電話いただいた場合には、正確にご回答するために、通話内容を記録（録音など）させていただくことがあります。
- ご相談、ご依頼いただいた内容によっては弊社のグループ会社に個人情報を提供し対応させていただくことがあります。
- 修理をご依頼いただいたお客様へ、アフターサービスに関するアンケートハガキを送付させていただくことがあります。

愛情点検

★長年ご使用のIHクッキングヒーターの点検を！

●IHクッキングヒーターの補修用性能部品の保有期間は、製造打ち切り後6年です。

ご使用の際このようなことはありませんか	●電源スイッチを入れてもヒーターが作動しないときがある。 ●焦げ臭いにおいがしたり、運転中に異常な音がする。 ●ビリビリと電気を感じる。 ●その他の異常や故障がある。	ご使用中止	故障や事故防止のため、専用ブレーカーを切り、お買い上げの販売店にご連絡ください。点検・修理についての費用など詳しいことは、販売店にご相談ください。

日立アプライアンス株式会社

〒105−8410　東京都港区西新橋 2−15−12　電話 (03)3502−2111

2−K6428−2B

J2(S)